La "lista negra" de las empresas más demandadas

REVISTA DEL

ISSN 0185-8874

CONSUMIDOR

Junio 2000 • Número 280 • México • $15.00

¿**Cúales** son los **mejores**

Pañales desechables

para **su bebé?**

▪

Conozca los estudios de

Lámparas ahorradoras

y **refrigeradores**

de poca y gran capacidad

▪

Quién es quién en los

precios de carnes

▪

- ***Productos milagrosos***: soluciones "***fáciles***" a **problemas** difíciles
- ¡Sáquele provecho a ***Internet*** en su hogar!

- **Cómo elaborar:**
  - *Enjuague bucal*
  - *Queso de puerco*
  - *Calamares en su tinta*
  - *Nopales en escabeche*

Visite nuestra página de Internet: http://www.profeco.gob.mx

Radio Revista del Consumidor

¡Nuevos horarios!

Domingo

- México, D. F., 17:30 a 17:45, XEJP-FM / 93.7, Stereo Joya
- Mérida, Yuc. 10:00 a 10:15, XHMT / 98.5 FM

Lunes

- México, D. F., 05:00 a 05:15, XEVOZ / 1590 AM
- Lagos de Moreno, Jal., 08:15 a 08:30, XELJ / 1030 AM
- San Juan del Río, Qro., 06:30 a 06:45, XEVI / 99.1 FM

Martes

- México, D. F., 05:00 a 05:15, XEVOZ / 1590 AM

Miércoles

- San Juan del Río, Qro., 06:30 a 06:45, XEVI / 99.1 FM
- Mérida, Yuc., 18:45 a 19:00, XEMH / 970 AM

Jueves

- México, D. F., 00:00 a 00:15, XHM-FM / 88.9
- México, D. F., 22:30 a 22:45, XEQ / 940 AM

Viernes

- México, D. F., 18:30 a 18:45, XEQ / 92.9 FM
- México, D. F., 22:00 a 22:15, XEAI / 1500 AM
- San Juan del Río, Qro., 06:30 a 06:45, XEVI / 99.1 FM
- Mérida, Yuc., 18:30 a 18:45, XEZ / 600 AM
- Culiacán, Sin., 15:00 a 15:15, XEWS / 1010 AM
- Culiacán, Sin., 20:30 a 20:45, XENZ / 890 AM

Sábado

- México, D. F., 21:30 a 21:45, XEFAJ / 1560 AM

T.V. Revista del Consumidor

Martes

- Canal 2 / 05:30 a 06:00 en México, D. F.

Miércoles

- Canal 22 / 00:30 a 01:00 en México, D. F.

Jueves

- Canal 4 / 00:30 a 01:00 en México, D. F.
- Canal 11 / 05:30 a 06:00 en México, D. F.
- Canal 40 / 02:00 a 02:30 en México, D. F.
- Cable Canal 10 / 20:30 a 21:00 en Lagos de Moreno, Jal.

Viernes

- Canal 13 / 14:00 a 14:30 en México, D. F.
- EDUSAT / 07:00 a 07:30 en México, D. F.

Sábado

- Tele Yucatán 13 / 23:30 a 00:00 en Mérida, Yuc.

Domingo

- Canal 2 / 08:00 a 08:30 en Mérida, Yuc.

Los programas Radio y TV Revista del Consumidor se transmiten dentro del tiempo oficial de la Dirección General de Radio, Televisión y Cinematografía (RTC), por lo cual lo invitamos a confirmar el horario de transmisión -en especial de la TV Revista- en las carteleras de programación que aparecen en los diarios, bajo el rubro de RTC.

Directorio

Procurador Federal del Consumidor
Eduardo Almeyda Armenta

Editora
Martha Susana Ruiz

Directora General de Publicaciones
Margarita Luna Ballina

Director Editorial
Enrique Parada García

Directora de Arte y Diseño
Norma Patiño Domínguez

Jefe de Redacción
Guillermo Torales Caballero

Jefa de Corrección
Dora Torres Ponce

Jefes de Diseño Gráfico
Víctor M. Gutiérrez García
Pedro O. Castellanos Gómez

Reporteros
Graciela Muñoz Ariza
Lorena M. Romo Maldonado
Eduardo Alfredo Mena Pérez
Yureli Cacho Carranza

Corrección
Alejandra Sánchez Plascencia

Diseño
Mónica Miranda Villalba
Margarito Sánchez Cabrera
Alfonso J. Solís Loza
Roberto Paz Amaya

Fotografía
Edgar Mendoza Serrano
Francisco Alatriste Torres
Francisco Gutiérrez Canto

Teléfonos de la revista
(5)211•90•82 ó (5)625•67•00
exts. 6930, 6927 ó 6926

Fax
(5)553•05•74

Envíe su correspondencia a
José Vasconcelos 208,
piso 14, colonia Condesa,
C. P. 06140, Delegación
Cuauhtémoc, o al A. P. 20600,
México, D. F.

Hacia dónde nos lleva Internet

Estamos en la era de Internet, y ello pone a nuestro alcance innumerables ventajas y posibilidades de información y comunicación, pero de igual manera nos plantea retos y riesgos que deben tomarse muy en cuenta.

En nuestro país, cada día más hogares hacen uso del servicio de Internet, por lo que resulta común tener una dirección de correo electrónico, «chatear» o conversar por la red, conocer las novedades de alguna tienda departamental, realizar compras «virtuales», visitar museos o leer el periódico, entre otras actividades.

Cabe señalar que actualmente existen ciertos avances tecnológicos, como aditamentos con los cuales el televisor puede desarrollar las funciones de una computadora, por ejemplo navegar por Internet.

Vale la pena destacar que hoy en día el mercado brinda facilidades y diversas opciones para adquirir equipo de cómputo y para «conectarse»; es más, existen empresas que ofrecen el servicio de Internet sin costo, tendencia semejante al servicio gratuito que proporcionan la televisión y la radio.

Indudablemente Internet se ha convertido en una temática cotidiana, y un segmento muy importante de consumidores cuenta con este trascendente medio de comunicación.

Existe mucha información que ofrecerle sobre el servicio que brinda Internet. En las siguientes ediciones le informaremos acerca de las empresas que proporcionan este servicio; recomendaciones para aprovechar este medio; «portales» o «sitios» de interés para la familia; su importancia en el proceso de aprendizaje en escuelas de educación básica; y recomendaciones para comprar a través de la red.

Al cierre de esta edición, en la Cámara de Diputados y de Senadores se aprobaron las reformas y adiciones para regular las transacciones comerciales a través de medios electrónicos. En el próximo número le explicaremos detalladamente en qué consisten y de qué manera protegerán los derechos de los consumidores.

Sumario

Junio 2000 • Núm. 280

3 **Miscelánea del consumo**

26 **Reporte especial**

• Calidad de pañales desechables

58 **Por su salud**

• Infecciones vaginales

6 **Quién es quién en los precios**

• Cortes de carne

61 **Alimentación y nutrición**

• Mitos y realidades del nopal

12 **Qué hay detrás de...**

• Instituto para la Protección al Ahorro Bancario
• ¿Internet en nuestro hogar?
• Productos «milagrosos»

62 **Bajo la lupa**

• Calidad de lámparas ahorradoras de energía

• Calidad de refrigeradores (continuación)

75 **Los pequeños consumidores**

43 **PROFECO en acción**

• La «lista negra» de las empresas

Tecnologías domésticas y platillos sabios en páginas centrales **¡coleccionables!**

80 **Buzón del consumidor**

Novedosos productos para su bebé

¡Cada vez son más los accesorios que se comercializan en el mercado para la atención y el cuidado del bebé, la mayoría de ellos destinados a proporcionarle más seguridad en el hogar.

Los productos, además de novedosos, son sumamente variados: candados de plástico para las puertas de los armarios; protectores para tomacorrientes; lámparas para la cuna; soporte para que cuando el pequeño, se duerma no se voltee y se mantenga en una misma posición; bañeras plegables; chupones con termómetro; protectores para las esquinas de las mesas; goma para evitar que cierre las puertas y se lastime; seguro para la tapa del sanitario; espejo retrovisor para observar al bebé cuando va sentado en la parte posterior del automóvil; ¡y un sinnúmero de accesorios más!

Los expertos en la materia sugieren al consumidor preguntarse si el producto que desea adquirir -por novedoso o simpático que le parezca- es realmente útil y/o necesario, pues tal vez ya tenga otro similar, o bien, la función que dicho artículo le ofrece pueda sustituirla con un poco de ingenio. Por ejemplo, el soporte para bebé puede reemplazarlo por un par de cojines, o bien, para que el niño no se machuque los dedos al cerrar la puerta puede amarrar un trozo de tela de una manija a otra.

Además cabe resaltar que la mayoría de estos artículos son de importación, por lo que su precio es elevado y probablemente su reparación no sea sencilla de efectuar. Finalmente, no olvide que ninguno de estos objetos sustituye el cuidado y la atención que los padres deben procurar a sus hijos ¡manténgase muy alerta!

Fármacos peligrosos

Cuatro medicamentos que inhiben el apetito fueron prohibidos desde marzo **por autoridades del gobierno de España**, ya que se encontró que provocan reacciones psicóticas, como depresión, convulsiones, e incluso pueden generar dependencia.

Los fármacos anorexígenos retirados del mercado son **Delgamer**, **Finedal**, **Antiobes Retard** y **Tegisec**.

Las autoridades españolas aconsejan a quienes ingieren dichos medicamentos que suspendan su uso gradualmente y bajo la estricta supervisión de un especialista. Además, el Comité Europeo de Especialidades Farmacéuticas admitió que aunque dichos anorexígenos contribuyen en la pérdida de peso, la reducción es insignificante, además de que su eficacia a largo plazo no se ha comprobado.

Por otra parte, expertos en salud de diversos países cuestionan el uso de estos fármacos, pues consideran que la obesidad es un desorden crónico que requiere un tratamiento de largo plazo.

¿A que no lo sabía?

Seguramente usted, en algún momento de su vida, ha tenido la necesidad de acudir a la farmacia para comprar un medicamento, pero ¿sabe cuál es la raíz etimológica de este término?

La palabra «farmacia» proviene del griego *farmakon*, que significa «remedio»; también se denomina así a la ciencia que enseña a preparar o a combinar sustancias naturales o artificiales destinadas a aliviar las enfermedades.

Hipócrates, conocido como el padre de la medicina, estableció los principios básicos y objetivos de los medicamentos, así como el criterio para su aplicación, imponiendo como norma el respeto a la naturaleza y a los recursos del enfermo, y estableció asimismo que la medicina debe ser contemplada sólo como un apoyo.

Los consumidores y la protección del ambiente

¡En PROFECO nos hemos percatado de que la mayoría de los consumidores manifiesta creciente inquietud e interés por los temas relacionados con la preservación del ambiente: qué hacer ante la contaminación de ríos y mares, la tala inmoderada de bosques y las especies en vías de extinción, por citar sólo algunos problemas.

Sin embargo hay quienes están convencidos de que la contaminación del aire ocasionada por los automóviles y las fábricas es un problema que deben solucionar exclusivamente las autoridades y las propias empresas, y que al resto de los ciudadanos sólo les basta con cumplir al afinar su vehículo.

Sin restarle importancia a esta última medida, hay muchas otras acciones que se pueden realizar.

Una de las actividades que PROFECO lleva a cabo con las organizaciones de consumidores es abordar el tema de Consumo y Medio Ambiente, en el que se subraya la estrecha relación que existe entre los hábitos de consumo y el cuidado de nuestro entorno.

Las acciones básicas tienen como escenario la casa, la calle, la escuela y la colonia, que son los sitios donde nuestras actitudes, hábitos y patrones de consumo pueden contribuir a la solución del problema ambiental o agravarlo.

Mediante pláticas, talleres y distintas modalidades de capacitación se fomenta entre los consumidores la reflexión para que adopten una conducta crítica y participativa, que los lleve a reconocer la manera en que sus hábitos y patrones de consumo actual afectan el ambiente. Asimismo, con la intención de modificar ciertos patrones de consumo se plantea el beneficio económico, vinculado principalmente con aspectos de salud, alimentación y defensa de los derechos de los consumidores.

En las organizaciones de consumidores participan amas de casa, jefes de familia, personas de la tercera edad, discapacitados y un número considerable de niños que cursan la educación básica: preescolar, primaria y secundaria.

En las sesiones de trabajo no se hacen señalamientos subjetivos, como podría ser el reciclaje del cartón, el papel, el unicel o el plástico, sino los aspectos que ayuden a crear una conciencia crítica respecto al derecho que cada persona tiene para usar los productos, sin olvidar que a las generaciones futuras no podemos negarles la oportunidad de disfrutar los recursos naturales.

Por favor reflexione: todos tenemos derecho a respirar aire puro, utilizar el agua, disfrutar los alimentos y todos los dones de la naturaleza, pero también es nuestra obligación cuidarlos bien.

No espere más, en el área de Organización de Consumidores de la delegación de PROFECO más cercana a su domicilio obtendrá más información sobre éste y todos nuestros programas.

En este mes que se dedica un día al ambiente y haciendo referencia al lema institucional de hace algunos años, concluimos: no festeje al medio ambiente, ¡cúmplale!

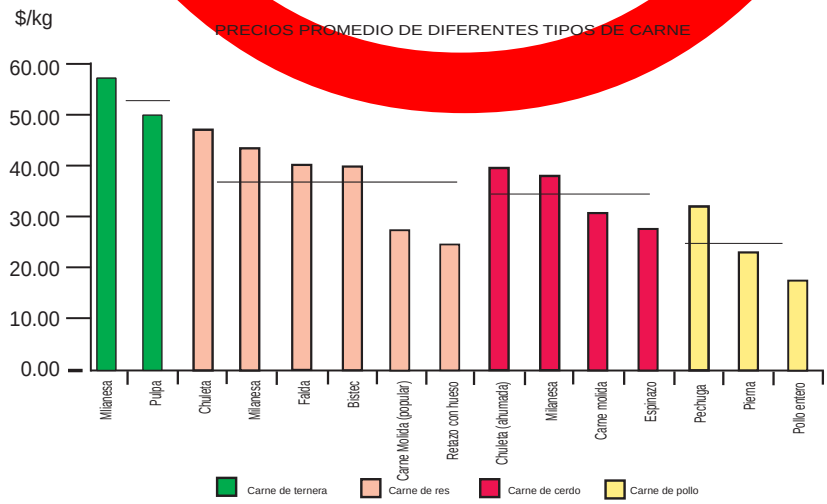
Fuente: Dirección General de Organización de Consumidores, PROFECO.

¿Le gusta la carne?

¡Blancas o rojas, existen opciones para cada presupuesto!

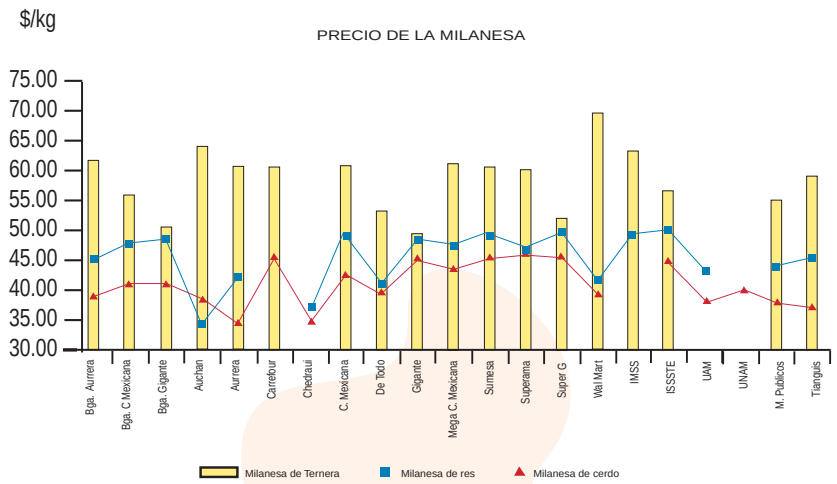
En sus guisos cotidianos seguramente utiliza algún tipo de carne y emplea diferentes cortes para darle variedad a la dieta. Como muchos de ellos son sustituibles entre sí es conveniente conocer la diferencia de precios tanto entre productos como entre establecimientos comerciales, para contribuir así a la economía familiar. Esta información se detalla a continuación.*

En la primera gráfica se presentan los precios promedio por producto y por tipo de carne (indicados con líneas de colores). En general se observa que la ternera es la más cara, la cual en promedio se comercializa a $ 53.29 el kilo. El precio promedio de la carne de res y de cerdo es muy similar ($ 38.21 y $ 36.43, respectivamente). Por su parte, la carne de pollo resultó ser la más barata, al encontrarse en $ 24.17 en promedio. Sin embargo, productos como la carne molida (tanto de res como de cerdo), el retazo con hueso de res y el espinazo de cerdo ofrecen precios comparables a las distintas presentaciones de pollo, por lo que constituyen una alternativa.



** El presente estudio se basó en los precios promedio observados durante el mes de abril del 2000, a través del programa ¿Quién es Quién en los Precios? en el área metropolitana de la ciudad de México.*

Las siguientes gráficas muestran los precios observados en cada corte o presentación en los diferentes establecimientos comerciales del área metropolitana de la ciudad de México; cabe señalar que en ciertos casos, como la milanesa de ternera, la chuleta de res y el retazo con hueso de res, hay grandes diferencias de precio entre un punto de venta y otro, por lo que en estos cortes es necesario comparar antes de comprar.



Milanesa

Si se encuentra indeciso en cuanto a qué tipo de milanesa comprar, podemos decirle que en la mayoría de las cadenas comerciales se encontró más barata la de cerdo.

* Al comprar milanesa de cerdo pudo obtenerse un ahorro de $ 9.45 por kilogramo -respecto al precio máximo observado ($ 45.77)-, al adquirirla en Aurrera o en Chedraui a un precio de $ 36.32. Otras opciones de compra fueron los tianguis $ (37.39), los mercados públicos ($ 37.50), las tiendas UAM ($ 37.90), DeTodo ($ 38.43) y Bodega Aurrera ($ 39.04).

* Gigante ofreció un buen precio para la milanesa de ternera ($ 49.76 por kilogramo), por lo que el ahorro fue de $ 18.41, es decir, 27.01 por ciento respecto al precio máximo ($68.17) observado en Wal Mart; Bodega Gigante, Super G y los mercados públicos también resultaron buenas opciones de compra, con ahorros de entre $ 15.67 y $ 18.27. Le sugerimos que compare precios para este producto en particular, ya que la diferencia de precios entre una cadena y otra es considerable.

* La milanesa de res en Auchan tuvo un costo de $ 35.90; el ahorro al comprar en esta cadena comercial fue de $ 12.39 con respecto al precio máximo ($48.29). Otras buenas opciones de compra fueron Chedraui y De Todo, con precios de $ 38.26 y $ 39.06 por kilogramo.

Las tres gráficas siguientes muestran precios de diferentes cortes que, aunque no son iguales, son sustituibles entre sí, por lo que la comparación resulta útil.

Chuleta

En la mayoría de las cadenas comerciales la chuleta de cerdo se vendió a un precio menor que la de res, además debido a que esta última presentó grandes diferencias entre un establecimiento y otro, cabe señalar que fue posible encontrarla a muy buen precio en algunos lugares, como se detalla a continuación:

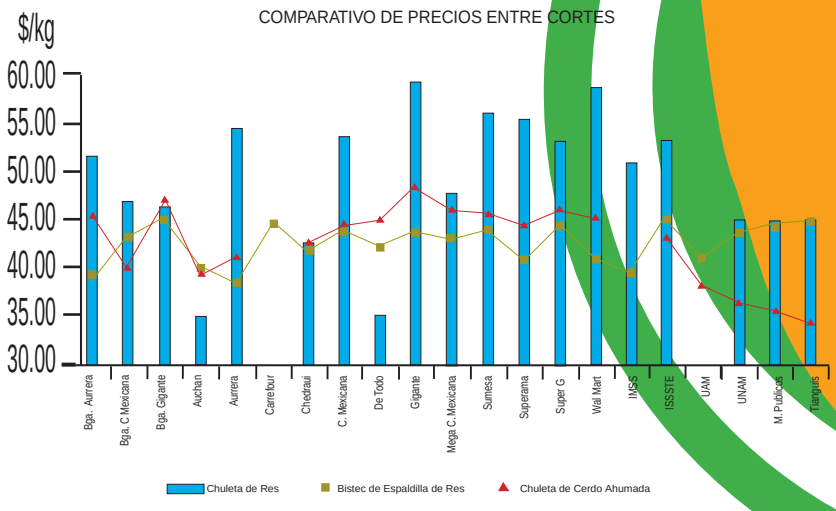
* Las mejores opciones para comprar chuleta de res fueron De Todo y Auchan, pues al vender el kilogramo de este producto a $ 34.33 y $ 34.57, permiten un ahorro de $ 23.86 y $ 23.62 en comparación con el precio máximo observado en Gigante ($ 58.19).

* En el caso de la chuleta de cerdo se registró un precio mínimo de $ 36.24 por kilogramo en los tianguis; el ahorro fue de $ 11.09, equivalente a 23.43 por ciento respecto al precio máximo detectado en Super G ($ 47.33). Otras opciones de compra fueron los mercados públicos, la UAM y la UNAM, con precios que se ubicaron entre $ 36.86 y $ 37.20 y ahorros de $ 10.13 a $ 10.47.

Bistec de espaldilla de res

* El bistec de espaldilla se ubicó a un menor precio en la cadena de tiendas del IMSS ($ 38.30), con un ahorro potencial de $ 6.77 (15.02%) respecto al precio de Bodega Gigante ($ 45.07).También se encontraron precios bajos en Aurrera ($ 38.82), Bodega Aurrera ($ 38.88), UAM ($ 38.90), Superama ($ 39.52) y Wal Mart ($ 39.60).

Para ponerle sabor al caldo le recomendamos los siguientes cortes, que mostraron precios similares entre sí:



Retazo con hueso de res

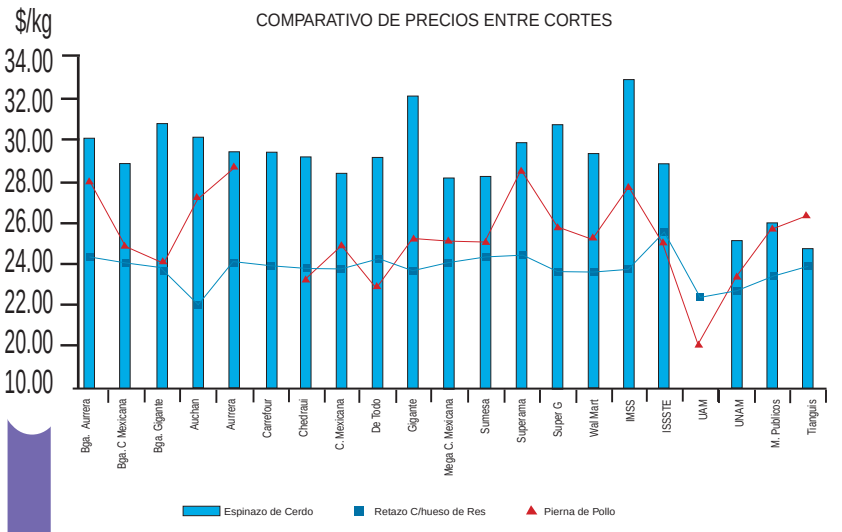
El precio del retazo con hueso de res fue muy variable, registrando precios bajos como el de la UAM ($ 19.90), o muy altos, como los de Aurrera ($ 28.94), Superama ($ 28.85), IMSS ($ 28.30) y Bodega Aurrera ($ 28.17). El resto de los establecimientos ofrecieron precios de entre $ 22.84 y $ 26.90.

Pierna de pollo

El mejor precio se observó en Auchan ($ 21.39), cuyo ahorro respecto al precio máximo observado ($ 25.02) fue de $ 3.63 (14.51%) por kilogramo. Otras buenas opciones fueron la UAM, UNAM, Bodega Gigante y Bodega Comercial Mexicana, con ahorros de hasta $ 3.12, es decir, 12.47 por ciento.

Espinazo de cerdo

El espinazo de cerdo se encontró a un menor precio en los tianguis ($ 24.59 por kilogramo), lo que significa un ahorro potencial de $ 7.41, es decir, 23.16 por ciento. Otras buenas opciones de compra fueron la UNAM y los mercados públicos, que vendieron el producto a $ 25.00 y $ 25.59.

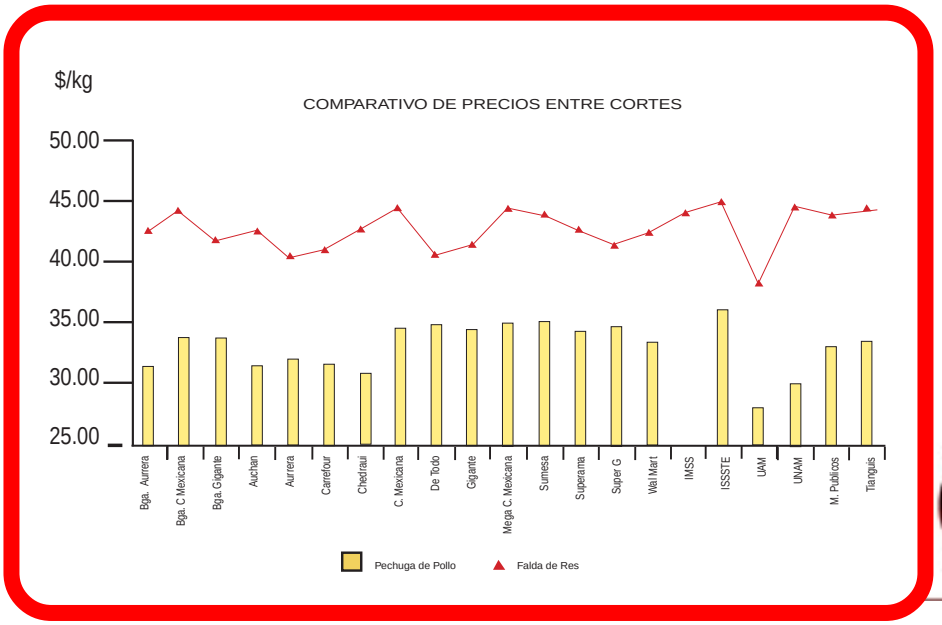


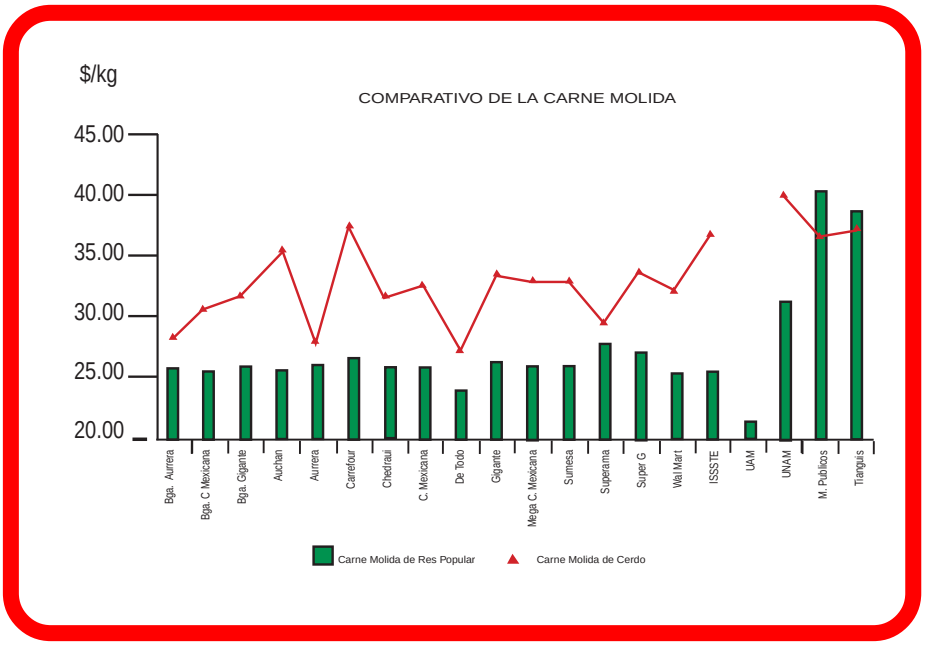
¿Con qué va a preparar la tinga? Si su presupuesto es limitado le recomendamos utilizar pechuga de pollo, pero también existen buenas opciones para adquirir falda de res.

Pechuga de pollo

En el caso de la pechuga de pollo se observó que la UAM registró el precio más bajo ($ 27.90 por kilogramo), con un ahorro de $ 6.84 respecto al precio máximo de $ 34.74, lo que equivale a 19.69 por ciento. La UNAM y Chedraui también registraron precios bajos, con ahorros de $ 4.46 y $ 3.58 respectivamente.

carnes





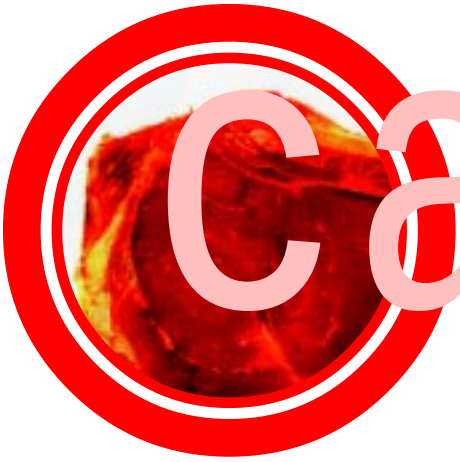
Falda de res

La UAM la ofrece a un precio menor ($ 37.90), lo que permite un ahorro máximo de $ 6.45 (14.54%). Otras buenas opciones de compra fueron Aurrera, De Todo y Carrefour, cuyos ahorros se ubicaron entre $ 4.00 y $ 4.62.

En el caso de la carne molida, las cadenas comerciales vendieron más barata la de res que la de cerdo, pero los mercados públicos y los tianguis ofrecieron ambas a niveles similares, resultando ser los precios más altos para esta última.

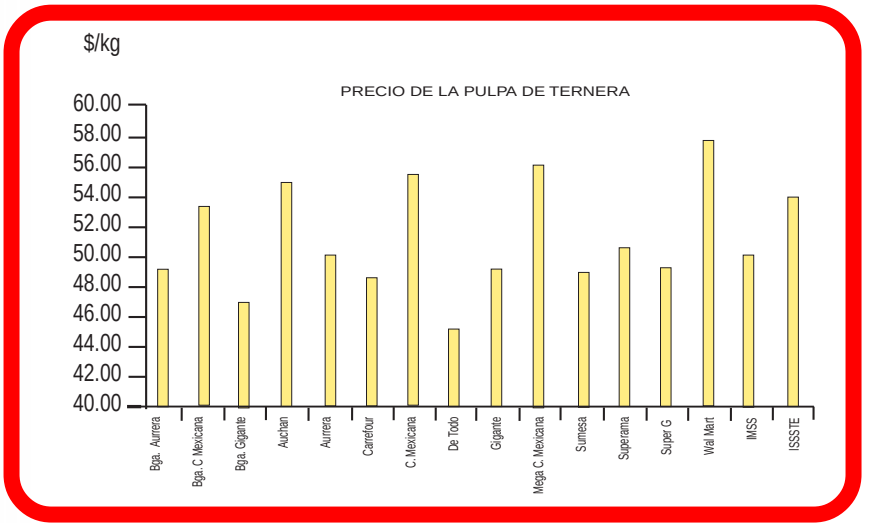
* El precio de la carne molida de res se observó entre $ 25.00 y $ 30.00 en la mayoría de los establecimientos, aunque hubo algunos que vendieron a un precio inferior, como DeTodo ($ 23.85), Wal Mart ($ 24.68), ISSSTE ($ 24.90) y UAM ($ 21.90).

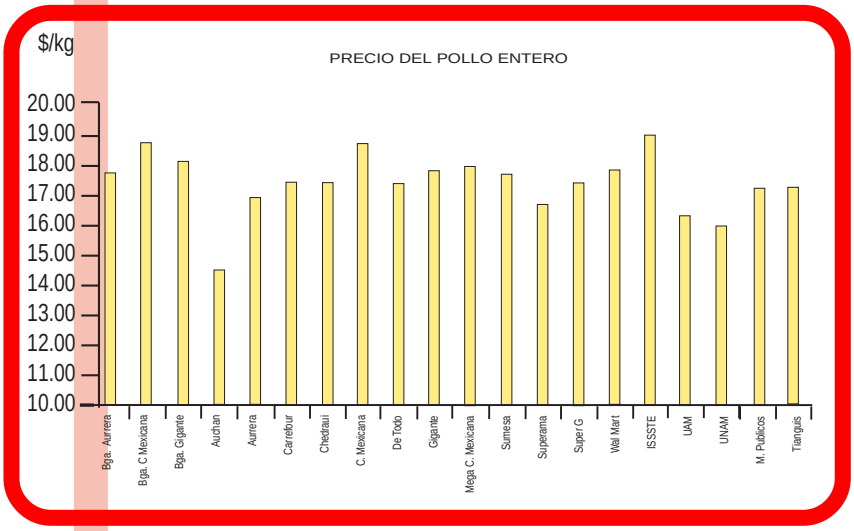
* La carne molida de cerdo mostró mayor variabilidad en su precio, encontrándose a menos de $ 30.00 en Bodega Aurrera ($ 29.14), Aurrera ($ 29.02), De Todo ($ 27.70) y Superama ($ 29.15), aunque en algunos establecimientos se vendió casi a $ 40.00.

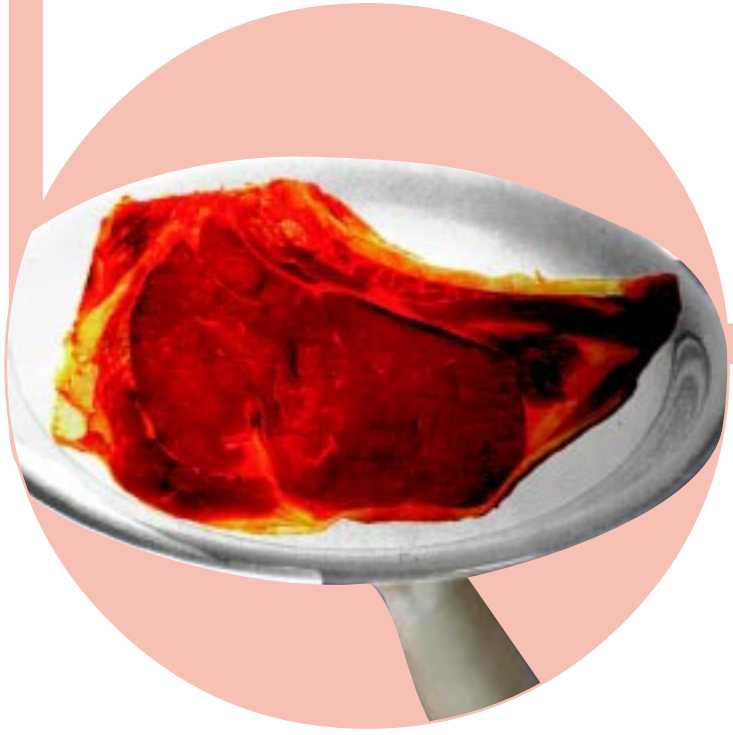


Carnes

A continuación se presentan los precios de dos productos que no se incluyeron en la comparación entre cortes, pero que presentan una alta demanda: la pulpa de ternera y el pollo entero. En el primer caso, muchos precios se ubicaron entre los $ 46.00 y los $ 50.00, siendo las mejores opciones De Todo, Carrefour y Bodega Gigante, que vendieron el kilogramo a $ 45.00, $ 47.50 y $ 46.90. El precio del pollo entero se observó entre $ 16.00 y $ 20.00 por kilogramo (excepto en Auchan, que lo vendió a $ 14.53); las tiendas UAM y UNAM fueron otras buenas opciones de compra, al venderlo a $ 16.50 y $ 16.36, respectivamente.



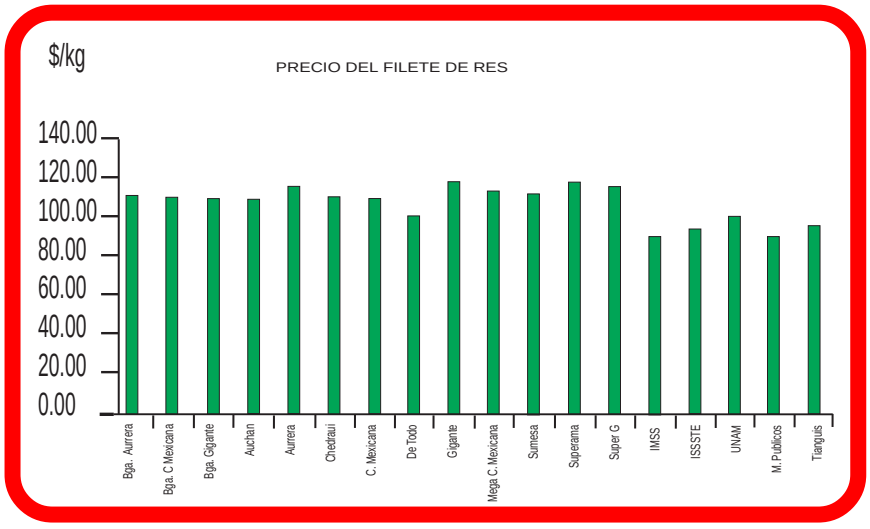


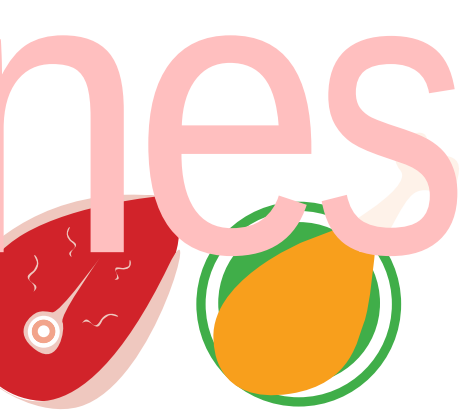


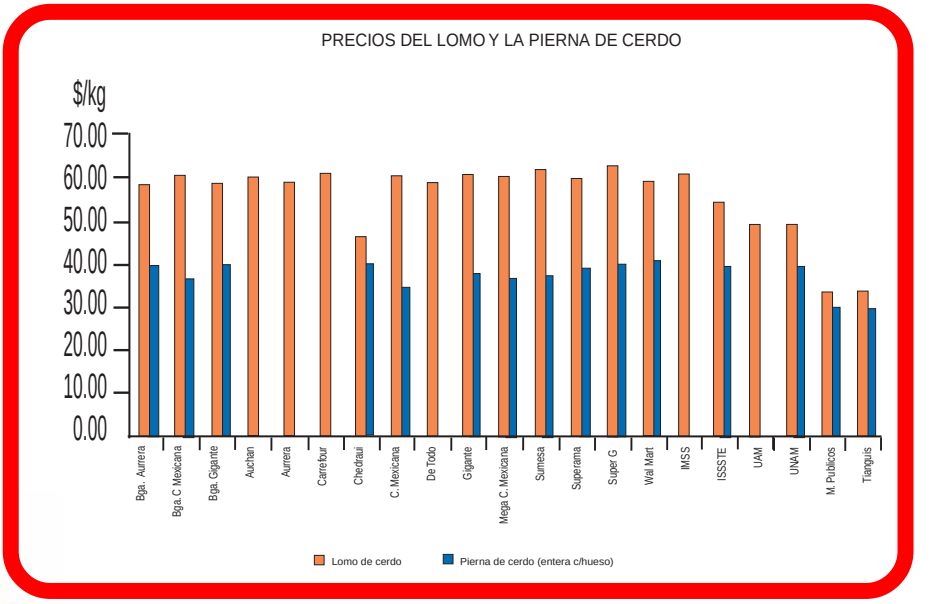
Por último se incluyen los precios de cortes que no suelen utilizarse cotidianamente: filete de res, y lomo y pierna de cerdo.

* El kilogramo de filete se encontró a precios más bajos en las tiendas del sector social (IMSS, ISSSTE y UNAM que lo vendieron a $ 85.00, $ 93.65 y $ 95.90, respectivamente) en los mercados públicos y tianguis se ofreció a $ 85.42 y $ 91.30, así como en De Todo, que registró un precio de $ 99.00. En estos casos se pudo obtener un ahorro considerable respecto al precio de $ 115.00 observado en Superama, destacando los ahorros del IMSS ($ 30.00) y los mercados públicos ($ 29.58).

* En lo referente al lomo y la pierna de cerdo, ambos se adquirieron a un menor precio en los mercados públicos y tianguis. La pierna tuvo un precio de $ 31.23 y $ 32.00 en estos establecimientos, en tanto que el del lomo fue de $ 38.71 y $ 38.50 respectivamente. Otra buena opción para comprar lomo fue Chedraui que ofreció un precio de $ 46.90.







Para comparar precios de otros productos lo invitamos a llamar a los Teléfonos del Consumidor 55-68-87-22 y 52-11-64-14, o bien, consultar la publicación semanal *¿Quién es quién en los precios?, Guía para comprar más barato*, que se puede adquirir gratuitamente en cualquiera de las delegaciones PROFECO, en la que aparecen precios de productos de consumo básico alimenticio, de uso personal y para el aseo del hogar, medicamentos, electrodomésticos y productos de temporada.

Además le recordamos que el programa ¿Quién es quién en los precios? también se puede consultar en las siguientes localidades: Aguascalientes, Apizaco, Tlax.; Cancún, Cuernavaca, Culiacán, Guadalajara, Hermosillo, Huamantla, Tlax.; Mérida, Monterrey, Morelia, Oaxaca, Puebla, Puerto Vallarta, Querétaro, Tepic, Toluca, Tijuana, Tlaxcala, Veracruz y Villahermosa.

¿Pierdo mis ahorros si el banco donde los tengo quiebra?

Aunque ha pasado a la historia la época en que la gente solía guardar los billetes «debajo del colchón», aún persiste en los ahorradores el temor a la interrogante inicial.

El año pasado se creó en nuestro país el Instituto para la Protección al Ahorro Bancario (IPAB) para garantizar a los ahorradores bancarios que su dinero esté protegido mediante el uso de un Seguro de Ahorro.

El IPAB es una institución cuya responsabilidad social es proteger el dinero de quien ahorra para el futuro familiar. Las acciones que lleva a cabo están orientadas a ofrecer la seguridad de que ningún imponderable traerá como consecuencia la pérdida de sus ahorros bancarios, así como colaborar en la estabilidad, disciplina, transparencia y fortaleza del sistema bancario mexicano.

El Seguro de Ahorro

El Seguro de Ahorro es un mecanismo para que los pequeños y medianos ahorradores tengan tranquilidad y certidumbre sobre la situación en que se encuentran sus recursos. Actualmente varios países del mundo aplican este seguro (aproximadamente 68) debido al riesgo que implica la principal actividad de los bancos: prestar a quien necesita dinero para adquirir un bien o servicio, o bien, para invertir en un negocio.

El ahorro es imprescindible para que un país pueda desarrollarse económicamente, y los bancos lo transforman en crédito, pues el dinero que prestan es el de quienes les confían sus ahorros. Aunque las instituciones financieras suelen estudiar cuidadosamente la capacidad de pago de quienes solicitan créditos, siempre existe un riesgo. Incluso los bancos más previsores tienen un margen de deudores que dejan de cumplir con sus pagos. Mientras la proporción de estos deudores sea pequeña, el banco no enfrentará problemas para pagar a los depositantes su dinero cuando lo soliciten.

Sin embargo hay situaciones en las que un banco enfrenta dificultades para devolver a los ahorradores el dinero que le confiaron, ya sea por exceso de riesgos, de negocios fallidos, o por un problema de la economía nacional. Cuando un país no tiene seguro de depósitos, los ahorradores pierden todo o parte de su dinero. Por supuesto, las consecuencias para ellos son catastróficas. Actualmente en México no corremos este riesgo gracias al Seguro de Ahorro que administra el IPAB.

Para medianos y pequeños ahorradores

La Ley de Protección al Ahorro Bancario, que dio origen al IPAB, establece que los seguros de depósito deben concentrarse en los pequeños y medianos ahorradores. Progresivamente, la cobertura que otorga el seguro se irá reduciendo, hasta un límite máximo de 400 mil UDI's (unidades de inversión). La experiencia internacional ha demostrado que esta reducción es la más recomendable, porque cubrir absolutamente todos los depósitos, sin límite, no es prudente en virtud de que los bancos pueden caer en un exceso de confianza al tener conocimiento de que una institución, como lo es el IPAB, responderá por ellos ante sus clientes.

Asimismo, si los grandes inversionistas no tienen protegidos sus recursos, se asegurarán de que su banco sea confiable, solvente y esté bien administrado. En contraparte, los bancos tienen que adoptar prácticas adecuadas que generen confianza entre sus clientes más grandes.

En resumen, el seguro de ahorro limitado estimula la disciplina y la prudencia por parte de los bancos.

Cabe aclarar que la limitación de la cobertura se aplicará paulatinamente para que los bancos se adapten al nuevo sistema. Este proceso ya se ha iniciado: a partir de 1999, algunas operaciones dejaron de estar garantizadas (como las que suelen realizar las grandes empresas e inversionistas). A partir del año 2003 el IPAB cubrirá depósitos hasta por un monto de 10 millones de UDI's, algo así como 27 millones de pesos. En el 2004 la protección se reducirá a 5 millones de UDI's y, finalmente, en el 2005, al monto definitivo de 400 mil UDI's, es decir, poco más de un millón de pesos actuales, por persona y por institución.

Esto significa que si un ahorrador tiene cuentas en diferentes bancos, cada una estará garantizada hasta por el monto señalado. En caso de tener más de una cuenta en un mismo banco sólo tendrá protegidos hasta 400 mil UDI's en total, no por cada cuenta.

Como en casi todos los países que cuentan con este mecanismo, en México los bancos pagan cuotas con las que se va formando un fondo, mismo que se utilizaría en el futuro cuando algún banco tenga problemas para pagarle a sus clientes.

Si usted desea obtener más información sobre el Instituto para la Protección al Ahorro Bancario puede dirigirse al Boulevard Manuel Ávila Camacho núm. 184, P. B., colonia Reforma Social, en la ciudad de México. O bien, a la dirección electrónica: gmaynez@ipab.org.mx.

Fuente: Instituto para la Protección al Ahorro Bancario (IPAB).

Para mantener

en *forma*

Llama sin costo desde cualquier teléfono del país

01.800.410.2000

www.secofi.gob.mx

a las empresas de México

la Secretaría de Comercio y Fomento Industrial cuenta con el

Centro de Asesoría Empresarial

donde podrás obtener orientación e información telefónica gratuita para iniciar, mejorar o ampliar tu negocio.

SECOFI
SECRETARIA DE COMERCIO Y FOMENTO INDUSTRIAL

SI PREGUNTA:

¿Dónde puedo ahorrar?

La respuesta la encontrará en:

Quién es Quién
EN LOS PRECIOS

Donde se incluyen deliciosas y económicas recetas.

Obtenga información en su delegación PROFECO o en los Teléfonos del Consumidor

GUÍA PARA COMPRAR MÁS BARATO
PROFECO

Qué hay detrás de...

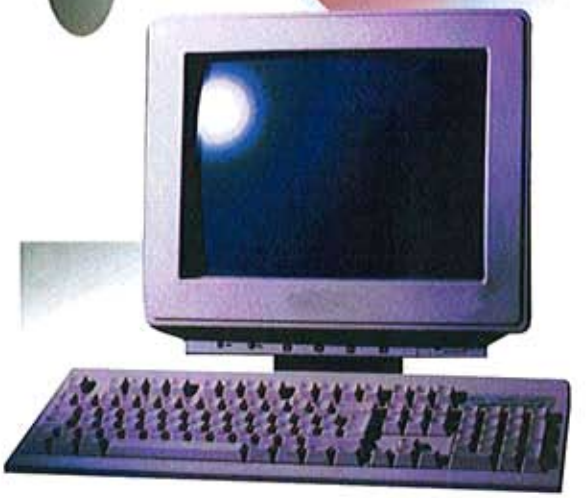
De 1969 a la fecha, el uso de Internet ha avanzado a pasos agigantados desde aquella universidad estadounidense en donde se efectuó la primera conexión, ¡hasta nuestra casa! En la actualidad, un sinfín de hogares mexicanos ya cuenta con este servicio y día a día crece el número de personas que se integra al mundo del «ciberespacio», debido a las facilidades que el mercado ofrece para adquirir equipo y contratar el servicio.

¿Internet en nuestro hogar?

En virtud de que Internet ofrece una gran diversidad de fuentes de información y de comunicación para todos los integrantes de la familia, le proporcionamos un panorama de las posibilidades que puede encontrar en la supercarretera de la información, las cuales probablemente le sean útiles en su hogar.

Instituciones de interés social

www.dif.gob.mx (Sistema Nacional para el Desarrollo Integral de la Familia, DIF)
www.pgr.gob.mx (Procuraduría General de la República)
www.issste.gob.mx (Instituto de Seguridad y Servicios Sociales de los Trabajadores del Estado, ISSSTE)
www.imjuventud.gob.mx (Instituto Mexicano de la Juventud)
www.sedesol.gob.mx (Secretaría de Desarrollo Social, Sedesol)
www.sep.gob.mx (Secretaría de Educación Pública, SEP)
www.ssa.gob.mx (Secretaría de Salud, SS)
www.profeco.gob.mx (Procuraduría Federal del Consumidor)
www.conamed.gob.mx (Comisión Nacional de Arbitraje Médico, Conamed)
www.imss.gob.mx (Instituto Mexicano del Seguro Social, IMSS)
www.condusef.gob.mx (Comisión Nacional para la Protección y Defensa de los Usuarios de Servicios Financieros, Condusef)
www.cenapred.unam.mx (Centro Nacional de Prevención de Desastres, Cenapred)



Para tareas escolares, leer revistas o periódicos

- Para conocer diariamente las noticias más importantes usted puede **leer el periódico o la revista de su preferencia**, tanto nacional como internacional.
- A través de la red tiene la posibilidad de **investigar** en bibliotecas, museos o lugares de interés.
- Es de utilidad para realizar las tareas escolares, pues en Internet se puede encontrar información proveniente de todo el mundo. Niños y jóvenes pueden consultar biografías, visitar museos, «bajar» imágenes originales y atractivas, las cuales con un manejo creativo pueden mejorar el contenido y la presentación de cualquier tarea, sin dejar de lado la indispensable labor de investigar otras fuentes, como los libros.

Para no acudir al banco

- Hoy en día algunas instituciones le ofrecen la posibilidad de realizar ciertas operaciones bancarias por la red, por ejemplo, **consultar saldos, efectuar traspasos** de cuentas personales y a terceros, **pagar tarjetas de crédito, solicitar o bloquear chequeras** por pérdida o robo, **cambio de «NIP»**, programación de **transacciones**, así como consultas sobre la cotización del dólar y de las principales divisas en el mundo.
- **Pago de servicios**, como agua, teléfono y luz, además de colegiaturas y mensualidades por el servicio de televisión por cable.

Planee sus viajes

- Otra posibilidad que le ofrece Internet es conocer museos, países y costumbres de todo el mundo.
- **Planear y contratar viajes** para las vacaciones; encontrará información turística sobre transportación, reservaciones, hoteles, descripción de sitios de interés, pronóstico del clima, costos, mapas, consejos para viajar, etcétera. La mayoría de las líneas aéreas y agencias de viajes ofrecen sus páginas electrónicas para proporcionar informes.

De compras

- En la red es viable **seleccionar y comprar la despensa**, si usted consulta las páginas electrónicas que ponen a su disposición algunas tiendas de autoservicio; la entrega de mercancía se efectúa en un lapso máximo de dos horas, a un costo de $ 20.00 o $ 30.00 por envío y, en algunos luga-

Operaciones bancarias: www.banamex.com, www.bancomer.com.mx, www.bital.com.mx, www.inverlat.com.mx, www.banorte.com.mx

res, si su compra excede de $ 100.00 la entrega es gratuita. Además le proporcionan información sobre los servicios y ofertas semanales de diferentes tiendas de autoservicio.

- En las **tiendas virtuales** tiene la posibilidad de adquirir diversos objetos: libros, juguetes, discos, películas y regalos, entre otros. Sin embargo evite ser objeto de fraudes: ¡tenga mucho cuidado con lo que compra y con la empresa que lo vende! Le recomendamos proteger sus derechos como consumidor y sólo tratar con establecimientos reconocidos y que estén ubicados dentro de nuestro país, de preferencia cerca de su lugar de residencia.
- Algunos almacenes y tiendas especializadas ofrecen al consumidor su página electrónica para informarle lo que encontrará físicamente en sus tiendas.

Correspondencia

- Por medio del **correo electrónico** es muy sencillo comunicarse con amigos y familiares, no importa el lugar donde se encuentren. El acceso es fácil y el envío y la edición de mensajes es ilimitado; asimismo, la diferencia de horarios no afecta cuando se trata de enviar un mensaje a otro continente, pues éste llega al destinatario de manera instantánea.

- Las llamadas telefónicas son otra posibilidad de conversar: Internet le permite hablar por teléfono a cualquier parte del mundo -utilizando el micrófono de su computadora como auricular-; el receptor podrá contestar a su llamada en su propio teléfono. Aunque la calidad auditiva no es tan clara como la de una línea telefónica convencional, las tarifas son inferiores, y algunas incluso son gratuitas.

Para divertirse

- Los «portales» que hay en Internet ofrecen diversos **juegos** en los que puede interactuar con otras personas o jugar de manera individual. También encontrará **diversas novedades musicales, horóscopos, chistes**, la **cartelera cinematográfica** y la **de televisión** y, si cuenta con un buen equipo de cómputo, también puede escuchar **¡estaciones radiodifusoras de otras partes del mundo!**
- Conversación en línea o *chat*: la gente recurre a este servicio para platicar con personas de diferentes partes del mundo; la conversación en línea resulta interesante porque le permite conocer la cultura, tradiciones y costumbres de otros países.

Otros servicios

Además de **recetas de cocina** existen numerosas páginas que ofrecen **información sobre animales y mascotas**; respecto a estas últimas, por ejemplo, se pueden encontrar *tips* para su cuidado, alimentación, higiene, accesorios y consejos prácticos.

Recomendaciones básicas

- La mayoría de las grandes empresas cuenta con su página en Internet en la que informan acerca de los bienes y servicios que ofrecen, con el fin de que el consumidor **conozca las características, precios y condiciones de compra antes de tomar una decisión.**
- Es importante reiterar que las compras por Internet conllevan ciertos riesgos, sobre todo si se realizan con empresas desconocidas o que se encuentran fuera de nuestro país. Pero si usted decide adquirir algún bien o servicio por este medio **verifique que la información que se le proporciona incluya una descripción detallada del producto; precio,**

Búsquedas generalizadas

www.mexico.com
www.todito.com
www.altavista.com
www.yahoo.com.mx
www.periscopio.com
www.starmedia.com
www.elsitio.com
www.infoseek.com
www.oingo.com
www.yupi.com
www.sherlock.com
www.metacrawler.com

Para bloquear páginas

www.surfwatch.com,
www.netnanny.com,
www.cyberpatrol.com,
www.cybersitter.com

forma de pago -incluyendo opciones de crédito-; **tiempo aproximado de entrega**; **garantías aplicables a la adquisición** del producto o servicio; **especificidad de cobros adicionales** por gastos de transporte y envío; condiciones relacionadas con **devoluciones, cancelaciones o cambios**; **lugar y forma de presentar posibles reclamaciones por inconformidad**; **domicilio del proveedor para efectos legales**, y en el caso de ofertas, **vigencia y limitaciones** de las mismas. **Por ningún motivo proporcione datos como el número de su tarjeta de crédito, el de su cuenta bancaria ni el de su seguro social** a personas o empresas que no conozca. Para protegerse **conserve una copia del correo electrónico de confirmación del pedido** en caso de que lo liquide mediante su tarjeta de crédito, o bien, el comprobante del depósito bancario con el sello del banco y la firma del cajero. Recuerde que Internet es un medio internacional, por lo que invariablemente debe **verificar en qué territorio es válido el servicio, la promoción y la garantía**.

- Al igual que ocurre en muchos medios masivos de difusión, la red no está exenta de contenidos e información vana, **¡evite perder su tiempo y su dinero en páginas web inútiles!**
- Para muchos padres de familia existe el temor de que sus hijos «consulten» cierto tipo de **«sitios» inconvenientes**. Si usted considera que no son adecuados para ellos **hay una forma de bloquearlos** (véase directorio en el recuadro). ¡No dude en hacerlo!
- Otro aspecto a **considerar** es **el costo de la contratación y el uso del servicio de Internet**, aunque la cuota mensual no puede considerarse excesivamente onerosa -$ 300.00 en promedio- es recomendable **contar con un equipo de cómputo cuya memoria permita desplegar rápidamente el texto, las gráficas y las imágenes**. Cabe aclarar que el servicio telefónico para conectarse a la red se cobra por llamada local. En este sentido es recomendable programar con su familia el uso del servicio, de tal manera que con una sola conexión lo utilicen todos.
- Tome en cuenta que no saber inglés puede ser una dificultad en virtud de que mucha información importante aparece en dicho idioma; en este caso, **para buscar y recopilar información elija un sitio en español**.
- «Navegar» o buscar en la red puede resultar muy lento por la cantidad de información que existe sobre determinados temas o debido a la imprecisión al solicitar aquello que nos interesa conocer. Para una **búsqueda más directa y rápida** le recomendamos teclear los signos +, - o « », de esta manera el buscador le mostrará información más específica sobre lo que usted desea; por ejemplo, si le interesa encontrar información sobre el problema de la **contaminación** ocasionada por la industria en la ciudad de México no conviene teclear solamente la palabra contaminación, **lo mejor es usar los signos** mencionados, es decir, **+contaminación +ciudad de México +industrias**. Asimismo, cuando busque información de libros, películas, personas o canciones, ponga el título entre comillas. Trate siempre de solicitar su búsqueda usando al menos dos palabras, así ésta será más precisa y rápida. Evite usar términos muy generales; de ser posible utilice nombres propios.

Páginas de entretenimiento

www.nintendo.com/espanol
www.gamepro.com
www.waltdisney.com
www.cartoonnetwork.com
www.electricgames.com
www.egm.gamesspot.com

Listas y precios de software

www.beyond.com
www.freewarefilez.com
www.freeware.com
www.shareware.com

- Contar con *software* extra permite **obtener mayor rapidez**, además de otro tipo de servicios, como acceso a grupos de discusión o información que no es de carácter público.
- Para que su acceso a Internet sea efectivo **asegúrese de que su proveedor sea una empresa reconocida**, con una inversión e **infraestructura sólida**, a fin de que cuente **con suficiente capacidad de recepción de llamadas** al mismo tiempo. Si contrata con una empresa pequeña o inestable corre el riesgo de que la saturación dificulte su entrada. Al respecto le sugerimos consultar el estudio de mercado que próximamente publicaremos sobre las características de las principales empresas o servidores que ofrecen la conexión a Internet en México.

Yureli Cacho

Fuentes: -Entrevistas con Ricardo Castro Romo, director de la revista PC World; con Adrián González Arreola, director de Contenidos de Todito; con Raphael Paredes Santiago, vicepresidente de Méndez y Asociados/Relaciones Públicas, PSINet de México; con Irma Rodríguez Vega, coordinadora de Publicaciones e Información de la Universidad La Salle (ULSA).
-Documento «No se enrede al comprar por Internet», Dirección de Educación para el Consumo, PROFECO.
-Revista Quo «100 páginas de Internet que deberías visitar», núm. 27, enero del 2000.
-Periódico Reforma, sección Interfase, 25 de octubre de 1999 y 28 de febrero del 2000.

Información sobre mascotas

www.pfionline.org, www.purina.com.
www.petoftheday.com, www.petopia.com

Servicios de telefonía

www.hottelephone.com
www.hotcaller.com
www.myfreeid.com
www.valuefone.mediaring.com/freecall
www.net2phone.com
www.deltathree.com
www.volcaltec.com
www.microsoft.com/windows/netmeeting

Glosario

Páginas eléctrónicas: son aquellas que a través de Internet se despliegan en la pantalla de la computadora; se conforman de texto, color, imágenes, y en algunos casos de sonido.

Portales: son sitios en Internet que ofrecen diferentes servicios al usuario como: conversación en línea, correo electrónico, noticias, pronóstico del clima, entre otros.

Servidor: es la máquina o computadora en la que se encuentra, opera y actualiza el portal.

Software: son los programas de cómputo a través de los cuales la computadora puede realizar diferentes funciones.

Productos milagrosos: ¿soluciones fáciles a

Seguramente usted habrá visto en televisión, revistas, folletos, periódicos, centros comerciales o tiendas de prestigio algunos productos que aparecen como suplementos alimenticios pero que afirman tener la virtud de curar o aliviar problemas de salud; entre ellos encontramos fajas, jabones, polvos o pastillas que ayudan a perder peso, lociones o pomadas que curan cualquier tipo de alteración en la piel, pulseras con poderes para sanar aun al más enfermo, etcétera. La lista es extensa pero estos productos que parecen «milagrosos» pueden ser un fraude.

Para detectar estos fraudes, desde 1994 la Procuraduría Federal del Consumidor (PROFECO) inició, de manera conjunta con la Secretaría de Salud, actividades concernientes a la defensa de los consumidores en contra de los fraudes a la salud, e incorporándose a la red de información trilateral con organizaciones que trabajan en defensa de la salud y del consumidor en Estados Unidos y Canadá, como la Administración de Medicamentos y Alimentos (FDA), la Comisión Federal de Comercio (FTC) y la *Health Protection Branch* de Canadá (HPB), además de pertenecer -desde hace muchos años- a la *Consumers International* y mantener una estrecha comunicación, especialmente sobre productos engañosos y/o peligrosos, con la red de información de los países que la integran.

Es así que a nivel mundial se han redoblado esfuerzos, pues cada día se incrementa de forma alarmante el uso de

problemas difíciles?

los recursos electrónicos, con eficientes técnicas de persuasión, creadas por quienes manejan la mercadotecnia de forma deshonesta y se valen de todos los recursos para convencer a los consumidores.

Durante los últimos años, en nuestro país ha crecido significativamente la venta de productos que en su publicidad afirman tener la virtud de lograr beneficios para la salud, sin explicar a satisfacción cómo lo hacen. Para lograr el mayor éxito de venta utilizan la televisión mediante el formato publicitario conocido como infomercial, principalmente porque este medio tiene una gran penetración y alcance, además de ciertas técnicas persuasivas como la reiteración, los «testimoniales» y afirmaciones que presentan al producto como desarrollado bajo «pruebas científicas» que avalan su efectividad.

El incremento de horas empleado para anunciar dichos productos en los principales canales de televisión da prueba de su éxito; utilizan principalmente los horarios matutinos o nocturnos y se transmiten uno tras otro: mensajes de pastillas que mágicamente ayudan a bajar de peso, pomadas que curan cualquier alteración de la piel, pulseras con extraordinarios poderes, cremas que en segundos quitan centímetros del cuerpo y muchas otras soluciones «mágicas».

Hay canales de televisión que les dedican ¡hasta el 49 por ciento de su tiempo al aire!

Acciones PROFECO

PROFECO ha realizado diversas acciones para detectar, corregir y, en su caso, sancionar a las empresas que comercialicen este tipo de productos de manera fraudulenta en el mercado nacional:

Sondeo de opinión

Como un primer paso se realizó una investigación que permitiera detectar las tendencias de compra y preferencias de los consumidores a fin de conocer: la magnitud del problema, qué opinión se tiene sobre los productos que se anuncian a través de los infomerciales, el posicionamiento de las marcas, cuáles son los más comprados, la tendencia a comprarlos y los resultados que han obtenido quienes los han utilizado.

Sobre la información que se da en los infomerciales, el 80 por ciento de los encuestados manifestó que los argumentos expresados por los presentadores o «usuarios» son falsos o exagerados, ya que consideran que a éstos se les paga por hablar bien de los productos, ¡sin embargo, el 66 por ciento dijo que las imágenes presentadas «no son reales» o «son exageradas» por lo que las califican de falsas, pero tienen la duda de si funcionan o no, por lo que se deduce que cuando los compran y no les funcionan no se atreven a reclamar pues se autocritican como «tontos» y les da vergüenza hacerlo!

Solamente un 33 por ciento confía en las opiniones que dan las «instituciones» que avalan los productos, y contradictoriamente a los resultados de incredulidad sobre las imágenes, el 55 por ciento cree en las opiniones expresadas por quienes se presentan como «especialistas» médicos, químicos, ingenieros, etcétera.

El 23 por ciento de la muestra aceptó haber comprado algún producto anunciado en los infomerciales.

Adicionalmente, el 26 por ciento de los entrevistados que no ha comprado ninguno de estos productos manifestó tener interés por comprar alguno en un futuro.

Los resultados mostraron que los cuatro productos más recordados y adquiridos por los encuestados a través del sistema de telemercadeo son: reductores-eliminadores de peso (grasa corporal) o para mejorar la apariencia física.

- Jabón para adelgazar Siluet 40
- Cápsulas Fattaché Forte

• Faja térmica Sauna Tronic 2000
• Barra en stick Fattaché Reductivo

En cuanto a los resultados obtenidos por quienes compraron este tipo de productos, únicamente el 24 por ciento señaló estar satisfecho con los resultados logrados.

El 52 por ciento de los entrevistados consideró que en las etiquetas e instructivos no se cuenta con información precautoria sobre los riesgos para la salud y/o recomendaciones para su uso, por lo que en muchos casos utilizó los productos «como se muestra en la televisión» o como el sentido común les indicaba.

El 8.7 por ciento de los compradores expresó haber tenido problemas de salud por el uso de estos productos; en algunos casos les provocó irritación y quemaduras en la piel debido al uso de las fajas térmicas; otros notaron el aumento excesivo de peso al dejar de utilizar las sustancias ingeridas para bajar de peso (efecto de rebote o yo-yo).

En lo concerniente a la forma en que se realizó el pago de los productos, se encontró que el 47 por ciento de los consumidores realizó la compra en efectivo en centros comerciales donde se exhiben estos productos y el 35 por ciento pagó con tarjeta de crédito. En el caso de estos últimos, al 71 por ciento se le realizó el cargo económico antes de recibir el producto.

En cuanto al cumplimiento en la entrega del producto, la encuesta arrojó que solo el 67 por ciento de los clientes recibe la mercancía en el tiempo estipulado por el proveedor; en el resto el tiempo de entrega varió mucho e inclusive en algunos casos no se recibió la mercancía.

Monitoreo y análisis de la publicidad utilizada para promover la venta de estos productos

Para conocer este fenómeno y actuar en consecuencia se han realizado monitoreos especiales para detectar, por una parte, qué productos se anuncian con mayor frecuencia y a través de qué canales de televisión y, por la otra, las posibles violaciones a la Ley Federal de Protección al Consumidor -en cuanto a las afirmaciones que utilizan para su promoción- y al marco normativo nacional (Ley General de Salud, Reglamento para el Control Sanitario de la Publicidad, Código de Ética Publicitaria, etcétera).

Debido a que los resultados de la investigación indicaron que la mayor frecuencia de compra es de productos para adelgazar, se hizo un cuidadoso análisis de contenido de su publicidad. En este monitoreo se encontró que en los infomerciales hay afirmaciones que por sus características era necesario que presentaran un sustento, ya que podrían no garantizar al comprador la obtención de los beneficios físicos y mentales anunciados; vea usted algunos ejemplos:

Jabón Siluet 40

• «El único que derrite la grasa».
• «Reduce la grasa al contacto».
• «Disuelve y elimina la grasa».
• «En una sola aplicación, baja de 2 a 4 centímetros».
• «Reducción de medidas en cada aplicación».
• «Los activos siguen funcionando por el resto del día».
• «La marca de reducción de más compra y satisfacción en el mundo».
• «Mejor que los tratamientos y las dietas».
• «Mejor que correr y sudar».

Parches Fattaché body patch

• «El sistema más innovador en la pérdida acelerada de peso».
• «Miles de personas lo han utilizado en sistemas de pruebas».
• «Los resultados son más eficaces que los obtenidos con el ejercicio».

Polvo Fat Away after eating

• «La formulación resulta tres veces más eficaz que las cápsulas en cuanto al desdoblamiento de las grasas».
• «Mientras que las cápsulas pierden efectividad por la acción de los jugos

Contra los fraudes a la salud

Dentro de las conclusiones de la reunión del Grupo de Trabajo de México, Estados Unidos y Canadá contra Fraudes a la Salud, efectuada en Rockville, Maryland, Estados Unidos los días 8 y 9 de mayo de este año, se acordó instaurar el Comité de Educación e Información al Consumidor que, entre otras funciones, editará un boletín informativo que integre las experiencias de cada país con respecto a los productos peligrosos, con el fin de alertar a los consumidores de los países participantes.

Además, Canadá informó que para asegurar que sus habitantes tengan acceso a productos naturales para la salud, que sean seguros, eficaces y de buena calidad, a la vez que se respete su libertad de elección y su diversidad filosófica y cultural, creó la Nueva Oficina de Productos Naturales para la Salud, que reconoce la efectividad de la herbolaria.

nes dietoterapéuticos para el tratamiento a personas con problemas de estreñimiento, diabetes y en hiperlipidemias, y no por su efecto en la reducción de grasas. Igualmente, contienen compuestos utilizados en la herbolaria tradicional de los cuales la mayoría son de bajo costo.

Cabe mencionar que los medicamentos que contienen algunos de los ingredientes mencionados se venden en las farmacias como tales, con sus correspondientes advertencias de uso y contraindicaciones, las cuales por supuesto no se indican en los productos analizados.

Acciones Secretaría de Salud

A partir del 4 de mayo de este año entró en vigor el nuevo Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Control Sanitario de la Publicidad, en el que afortunadamente dentro de sus modificaciones se contempla un apartado a productos como los mencionados en este artículo y que se comercializan muchos de ellos bajo el rubro de «suplementos alimenticios», pues bien, su publicidad no podrá difundirse en los medios de comunicación sin contar con una autorización previa (Art. 79, III), lo que permite asegurar que sus propuestas publicitarias tengan un sustento que las avale, además de que por ningún motivo podrán mencionar ser dietéticos y deberán dar los mensajes precautorios de los posibles efectos que pudiera originar su consumo (Art. 27).

¿Cómo puede prevenir estos fraudes?

Vigilar que no se cometan fraudes a la salud y/o al bolsillo de los consumidores es una tarea interminable; siempre hay comerciantes que se quieren pasar de listos y es esto lo que preocupa no sólo en nuestro país, pues proliferan a nivel mundial y con un crecimiento importante, ahora a través de Intenet, por eso le recomendamos:

• Analice las frases más utilizadas por los vendedores: «lo que usted esperaba...», «un tratamiento revolucionario...», «producto único en el mercado...», «con su exclusivo ingrediente...», son una clave para reconocer falsas promesas.

• Desconfíe de las «grandes promesas»: Aquellos productos que ofrecen resultados rápidos, sin esfuerzo, difícilmente pueden ser terapéuticos o corregir problemas de salud sin ocasionar mayores daños.

• Dude de cualquier alimento que se anuncie con alguna función terapéutica, preventiva o curativa, ya que si tuvieran esas propiedades deberían promoverse como medicamentos tras someterse a las pruebas y controles sanitarios oficiales respectivos. Cuidado con las recomendaciones indiscriminadas de suplementos vitamínicos, pues no consideran los síntomas ni la condición física del consumidor. ¡No utilice ningún producto anunciado como benéfico para su salud sin consultar previamente a su médico!

• Es común que en los anuncios se citen testimonios y anécdotas de consumidores satisfechos con el uso del producto; por lo general a dichas personas se les paga por hablar bien sobre el producto, aunque nunca lo hayan utilizado.

• Dude de los productos que le ofrecen ayuda para perder peso fácilmente. No existe un camino fácil para adelgazar (ningún medicamento o consejo mágico), ya que es necesario llevar una dieta equilibrada y practicar ejercicio.

• Muchos productos y servicios prometen curas rápidas y afirman que están hechos a base de una «fórmula secreta» disponible sólo en su compañía. Recuerde que los verdaderos investigadores comparten sus conocimientos para que la comunidad científica conozca la información que ellos descubrieron; además los productos confiables registran sus patentes y marcas, y no ocultan sus ingredientes al consumidor.

• Siempre lea cuidadosamente las etiquetas de los productos que ofrezcan soluciones mágicas o maravillosas ante un problema de salud, o bien, una promesa de belleza. Verifique que el producto presente en su envase, de acuerdo con la Norma Oficial Mexicana 050, el nombre o denominación genérica; indicación de cantidad; nombre, denominación o razón social y domicilio fiscal del productor o responsable de la fabricación o, en su caso, del importador; leyenda que indique el país de origen del producto; advertencias o leyendas de precaución sobre posibles riesgos, cuando se trate de productos peligrosos como solventes e insecticidas; instrucciones de uso del producto (cuando sea necesario indicar en un instructivo o manual de operación anexo, en idioma español) y fecha de caducidad o consumo preferente cuando las características del producto lo requieran.

• La información oportuna será siempre su mejor aliada. Cuide su salud y su presupuesto: ante la enorme cantidad de productos o servicios que le hagan dudar de su veracidad y seriedad, recuerde que la ley está con usted.

Como consumidores tenemos derecho a que la información o publicidad relativa a bienes o servicios que se difunda por cualquier medio sea veraz, comprobable y esté exenta de textos, diálogos, sonidos, imágenes y otras descripciones que induzcan o puedan inducir a error o confusión por su inexactitud, recuerde que si algún producto no cumple con lo que le ofrecieron puede acudir a PROFECO para hacer valer sus derechos.

nes dietoterapéuticos para el tratamiento a personas con problemas de estreñimiento, diabetes y en hiperlipidemias, y no por su efecto en la reducción de grasas. Igualmente, contienen compuestos utilizados en la herbolaria tradicional de los cuales la mayoría son de bajo costo.

Cabe mencionar que los medicamentos que contienen algunos de los ingredientes mencionados se venden en las farmacias como tales, con sus correspondientes advertencias de uso y contraindicaciones, las cuales por supuesto no se indican en los productos analizados.

Acciones Secretaría de Salud

A partir del 4 de mayo de este año entró en vigor el nuevo Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Control Sanitario de la Publicidad, en el que afortunadamente dentro de sus modificaciones se contempla un apartado a productos como los mencionados en este artículo y que se comercializan muchos de ellos bajo el rubro de «suplementos alimenticios», pues bien, su publicidad no podrá difundirse en los medios de comunicación sin contar con una autorización previa (Art. 79, III), lo que permite asegurar que sus propuestas publicitarias tengan un sustento que las avale, además de que por ningún motivo podrán mencionar ser dietéticos y deberán dar los mensajes precautorios de los posibles efectos que pudiera originar su consumo (Art. 27).

¿Cómo puede prevenir estos fraudes?

Vigilar que no se cometan fraudes a la salud y/o al bolsillo de los consumidores es una tarea interminable; siempre hay comerciantes que se quieren pasar de listos y es esto lo que preocupa no sólo en nuestro país, pues proliferan a nivel mundial y con un crecimiento importante, ahora a través de Intenet, por eso le recomendamos:

• Analice las frases más utilizadas por los vendedores: «lo que usted esperaba...», «un tratamiento revolucionario...», «producto único en el mercado...», «con su exclusivo ingrediente...», son una clave para reconocer falsas promesas.

• Desconfíe de las «grandes promesas»: Aquellos productos que ofrecen resultados rápidos, sin esfuerzo, difícilmente pueden ser terapéuticos o corregir problemas de salud sin ocasionar mayores daños.

• Dude de cualquier alimento que se anuncie con alguna función terapéutica, preventiva o curativa, ya que si tuvieran esas propiedades deberían promoverse como medicamentos tras someterse a las pruebas y controles sanitarios oficiales respectivos. Cuidado con las recomendaciones indiscriminadas de suplementos vitamínicos, pues no consideran los síntomas ni la condición física del consumidor. ¡No utilice ningún producto anunciado como benéfico para su salud sin consultar previamente a su médico!

• Es común que en los anuncios se citen testimonios y anécdotas de consumidores satisfechos con el uso del producto; por lo general a dichas personas se les paga por hablar bien sobre el producto, aunque nunca lo hayan utilizado.

• Dude de los productos que le ofrecen ayuda para perder peso fácilmente. No existe un camino fácil para adelgazar (ningún medicamento o consejo mágico), ya que es necesario llevar una dieta equilibrada y practicar ejercicio.

• Muchos productos y servicios prometen curas rápidas y afirman que están hechos a base de una «fórmula secreta» disponible sólo en su compañía. Recuerde que los verdaderos investigadores comparten sus conocimientos para que la comunidad científica conozca la información que ellos descubrieron; además los productos confiables registran sus patentes y marcas, y no ocultan sus ingredientes al consumidor.

• Siempre lea cuidadosamente las etiquetas de los productos que ofrezcan soluciones mágicas o maravillosas ante un problema de salud, o bien, una promesa de belleza. Verifique que el producto presente en su envase, de acuerdo con la Norma Oficial Mexicana 050, el nombre o denominación genérica; indicación de cantidad; nombre, denominación o razón social y domicilio fiscal del productor o responsable de la fabricación o, en su caso, del importador; leyenda que indique el país de origen del producto; advertencias o leyendas de precaución sobre posibles riesgos, cuando se trate de productos peligrosos como solventes e insecticidas; instrucciones de uso del producto (cuando sea necesario indicar en un instructivo o manual de operación anexo, en idioma español) y fecha de caducidad o consumo preferente cuando las características del producto lo requieran.

• La información oportuna será siempre su mejor aliada. Cuide su salud y su presupuesto: ante la enorme cantidad de productos o servicios que le hagan dudar de su veracidad y seriedad, recuerde que la ley está con usted.

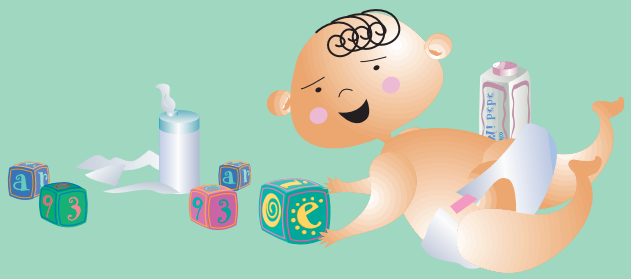
Como consumidores tenemos derecho a que la información o publicidad relativa a bienes o servicios que se difunda por cualquier medio sea veraz, comprobable y esté exenta de textos, diálogos, sonidos, imágenes y otras descripciones que induzcan o puedan inducir a error o confusión por su inexactitud, recuerde que si algún producto no cumple con lo que le ofrecieron puede acudir a PROFECO para hacer valer sus derechos.

Verificación del cumplimiento de las Normas Oficiales Mexicanas

Empresa	Producto	Incumplimiento de NOM	Productos inmovilizados
TV Store, S. A. de C.V.	-Tónicos Metabol-MT	NOM-051-SCFI-1994 NOM-030-SCFI-1993	10
	-Cápsulas y gel reafirmante Fat Away	NOM-030-SCFI-1993 NOM-051-SCFI-1994	8
	-Jabones ultra reductivos, reafirmante y cinta métrica Siluet 40	NOM-141-SSA1-1995	7
	-Paquete para adelgazar Tubbing Flex	NOM-141-SSA1-1995 NOM-030-SCFI-1993	25
	-Traje Sauna	NOM-141-SSA1-1995	12
	-Pastillas Aroma Medic	NOM-050-SCFI-1994 NOM-008-SCFI-1993	4
	-Jabones New Hair	NOM-008-SCFI-1993	6
	-Producto Reduce	NOM-141-SSA1-1995 NOM-141-SSA1-1995	12
	-Jabones super reductivos y reafirmante Super Reduce Fast	NOM-008-SCFI-1993	8
	-Jabones y atomizador Siluet 40 Milenium	NOM-141-SSA1-1995	6
Tele Rey, S. A. de C.V.	-Chamarra y Pants Sweat and Fitt	NOM-004-SCFI-1994	16
	-Reductivo Skinny Fruti	NOM-051-SCFI-1994	10
	-Reductivo Do It Mousse, espuma, barra y jabón	NOM-051-SCFI-1994	---
	-Suplemento alimenticio, nutrimentos científicos, S.A. de C.V.	NOM-030-SCFI-1993	6
	-Limpiador facial Murad	NOM-141-SSA1-1995	22
	-Gel para masaje Vapormex	NOM-141-SSA1-1995	14
	-Super reductivos Fattaché	NOM-141-SSA1-1995	9
	-Jabón ultra reductivo Siluet 40	NOM-141-SSA1-1995	45
QVC de México, S. de R. L. de C.V.	-Jabón ultra reductivo Siluet 40	NOM-141-SSA1-1995	9
	-Body patch, suave y fácil, S.A. de C.V.	NOM-141-SSA1-1995	
	-Sweat and Fitt, traje de vinil sauna unitalla, jabón exfoliante y gel	NOM-050-SCFI-1994	Se negaron a la inmovilización de los productos
	-Faja electrónica-eléctrica Sauna Tronic	NOM-024-SCFI-1998 NOM-003-SCFI-1993	
	-Panty alza glúteos Miraclehose	NOM-004-SCFI-1994	
	-Complemento alimenticio Milford Smoker's	NOM-051-SCFI-1994	
	-The Herbal Natural Dawn 808	NOM-051-SCFI-1994	
	-Lodo see web	NOM-141-SSA1-1995	
	-Parches Fattaché	NOM-141-SSA1-1995	
	-Estuche Murad solution for problem skin	NOM-141-SSA1-1995	
	-Reductivo en barra Fattaché	NOM-141-SSA1-1995	
	-Cápsulas para combatir la celulitis, Cell-U-Thin Plus	NOM-141-SSA1-1995	
Artículos Novedosos	-Faja Termoeléctrica, Sauna Tronic 2000	NOM-024-SCFI-1998	15
	-Faja modeladora	NOM-050-SCFI-1994	6
	-Sistema blanqueador para la piel, Clariti Skin	NOM-141-SSA1-1995	8
	-Tratamiento de reducción, Easy Diet	NOM-141-SSA1-1995	1
	-Gel anticelulitis, Celuvent	NOM-141-SSA1-1995	2
Suave y Fácil, S. A. de C.V.	-Sauna facial eléctrico, Beauti Mist	NOM-024-SCFI-1998	1862
	-Suplemento alimenticio, Tofupill	NOM-051-SCFI-1994	7282
	-Barras, Fattaché Stick	NOM-141-SSA1-1995	244
	-Mousse adelgazante facial, Body instant 10	NOM-030-SCFI-1993 NOM-141-SSA1-1995	3431
	-Secuestrante de grasa corporal en spray	NOM-030-SCFI-1993 NOM-141-SSA1-1995	3431
	-Tratamiento facial de Antonia, Royal Care antiedad	NOM-141-SSA1-1995	1111

Calidad de pañales desechables para bebé

En la presente edición publicamos los resultados del estudio de calidad que el Laboratorio de Pruebas de PROFECO aplicó a los pañales desechables para bebé de diferentes marcas que se comercializan en el Distrito Federal y la zona conurbada.



Para analizar la calidad de estos productos se aplicó una serie de pruebas en las cuales se utilizó un líquido sintético que tiene las mismas características de la orina de los bebés, dado que no existe una norma establecida para evaluar la calidad de los pañales.

La evaluación de todas las pruebas se realizó en condiciones drásticas, tomando en cuenta los límites superiores del peso del bebé recomendado en cada producto.

Las pruebas realizadas fueron:

Contenido neto. Se corroboró que el número de piezas que contiene el paquete correspondiera con lo declarado en la etiqueta.

Información al consumidor. Se revisó que el producto incluyera la información comercial obligatoria, como denominación, nombre o marca comercial; nombre o razón social del titular y su dirección; contenido y leyenda «Hecho en México»; así como la información textil necesaria: describir los insumos en porcentaje en orden de predominio, mencionando las fibras que representen cuando menos el 5 por ciento, hasta completar el 100 por ciento.

Además se verificó que la información de la etiqueta fuera veraz y se presentara en forma tal que no induzca a error al consumidor con respecto a la naturaleza y las características de los productos.

Velocidad de absorción. Ciertos estudios señalan que la orina del bebé sale a una velocidad de 6 mililitros por segundo y que cada descarga podría ser hasta de 75 mililitros; en esta prueba se midió la velocidad con que el pañal puede absorber un volumen determinado de orina sintética, tomando en cuenta la etapa para la cual ha sido diseñado y simulando que el bebé ha orinado por segunda vez en el mismo pañal.

Capacidad total de absorción. Se determinó el volumen de orina sintética a capacidad total que puede absorber un pañal. Esta prueba se realizó sobre el pañal perfectamente extendido sobre un plano inclinado de 26° sin aplicarle presión y sin movimiento.

Cubierta seca. Se midió el porcentaje de orina sintética que regresa a la superficie del pañal después de que el bebé ha orinado dos veces. Entre menor sea esta cantidad más seco estará el bebé.

Resistencia de los materiales. Esta prueba permite calcular la resistencia de las cintas y del cuerpo del pañal al momento de ajustar el producto, durante los movimientos del bebé, al revisar si es necesario cambiar el pañal, etcétera.

Adhesividad. Esta prueba indica cómo pegan las cintas de los pañales; en el mercado existen dos tipos de cintas: adhesivas y de ajuste mecánico, estas últimas proporcionan ventajas durante el uso, ya que su funcionalidad no se ve afectada por productos como el talco y el aceite para bebé.

A continuación le presentamos los detalles de los resultados parciales y las evaluaciones globales de calidad obtenidas por cada tipo y marca de pañal desechable analizados. Si usted requiere más información sobre el presente estudio lo invitamos a comunicarse a la Coordinación General de Investigación al teléfono 55-44-20-60.

Recomendaciones de compra

- Como no existe una denominación exacta de tallas, los fabricantes de pañales los distinguen por «etapas» o «pasos»; le sugerimos que al elegir el pañal se guíe por el peso de su bebé.
- Para evitar rozaduras e irritaciones en la piel del bebé es conveniente realizar el cambio de pañal a intervalos razonables; si utiliza desechables seleccione aquellos que calificaron mejor en la prueba de «cubierta seca», pues disminuyen el contacto de la orina con la piel y brindan mayor comodidad al pequeño.
- Adquiera los pañales que absorban el líquido a una mayor velocidad (consulte las tablas de evaluación correspondientes).
- Algunos productos no recibieron calificación de «excelente» en el rubro de capacidad total de absorción, pero ello no significa que no absorban, sino que se saturan más rápidamente y el cambio de pañal deberá ser más frecuente.
- Si el peso del bebé se encuentra en el límite superior del indicado por el fabricante en la etiqueta del producto, elija el del siguiente rango ya que este pañal le brindará mayor absorción y comodidad.

Pañales desechables para bebés de 0 a 5 kg

Marca/ procedencia/ peso del bebé	Contenido neto (piezas)		Información al consumidor	Velocidad de absorción	Cubierta seca	Capacidad total de absorción	Adhesividad de cintas	Resistencia de los materiales	Costo por pieza ($)	Evaluación global de calidad	Características del diseño
	Declarado	Verificado									
Pampers/ E. U./ 2 a 4 kg	20	20	Completa						2.17	**93**	Pañal para recién nacido. Con corte en el ombligo. Elásticos en la cintura y la entrepierna. Contiene formulación con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad. Con barreras antiescurrimientos.
Huggies UltraConfort/ E. U./ 2 a 4 kg	16	16	Completa						2.57	**90**	Cubierta externa tipo tela. Ultradelgado con barreras antiescurrimientos. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad. Elásticos en la entrepierna y la cintura. Sistema de cintas adhesivas con parche de una pieza.
Kleen Bebé Plus Hi-Sec/ México/ menos de 4 kg	16	16	Completa						2.57	**90**	Cubierta externa tipo tela. Con barreras antiescurrimientos. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad. Elásticos en la entrepierna y la cintura. Sistema de cintas adhesivas con pestaña de tela.

Pañales desechables para bebés de 4.5 a 6 kg

Marca/ procedencia/ peso del bebé	Contenido neto (piezas)		Información al consumidor	Velocidad de absorción	Cubierta seca	Capacidad total de absorción	Adhesividad de cintas	Resistencia de los materiales	Costo por pieza ($)	Evaluación global de calidad	Características del diseño
	Declarado	Verificado									
Klenn Bebé Plus Hi-Sec/ México/ 3.5 a 6 kg	16	16	Completa						2.63	**95**	Cubierta externa tipo tela. Con barreras antiescurrimientos. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad. Elásticos en la entrepierna y la cintura. Sistema de cintas adhesivas con pestaña de tela.
Pampers Extra Protect/ México/ 3 a 6 kg	20	20	Completa						2.36	**95**	Tienen una formulación con aloe (en la cubierta interna y en las barreras) que brinda mayor protección a la piel del contacto con la humedad. Con elásticos en la cintura y la entrepierna, con cintas de ajuste mecánico (se pegan y se despegan). Cubierta externa acolchonada. Barreras antiescurrimientos.
Baby Dreams/ México/ 3 a 6 kg	16	16	Completa						2.09	**90**	Delgado. Con barreras antiescurrimientos. Elásticos en la cintura. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad.
Baby Dry/ México/ 6 kg	14	14	Completa						1.29	**90**	Delgado. Con barreras antiescurrimientos. Elásticos en la entrepierna y la cintura. Con cinta frontal.
Huggies Ultra UltraConfort/ México/ 4 a 6 kg	16	16	Completa						2.63	**85**	Cubierta externa tipo tela. Delgado con barreras antiescurrimientos. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad. Elásticos en la entrepierna y la cintura. Sistema de cintas adhesivas con parche de una pieza.
Wonder Baby/ México/ hasta 6 kg	14	14	Completa						0.96	**85**	Con barreras antiescurrimientos. Elásticos en la entrepierna. Cubierta interna con sábila que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad.
Sekecito Gel/ México/ hasta 6 kg	16	16	Completa						0.93	**80**	Cintas adhesivas para ajustar el pañal. Barreras antiescurrimientos. Elásticos en la entrepierna. Cinta frontal.

Pañales desechables para bebés de 4.5 a 6 kg *(Continuación)...*

Marca/ procedencia/ peso del bebé	Contenido neto (piezas)		Información al consumidor	Velocidad de absorción	Cubierta seca	Capacidad total de absorción	Adhesividad de cintas	Resistencia de los materiales	Costo por pieza ($)	Evaluación global de calidad	Características del diseño
	Declarado	Verificado									
Chicolastic Ultra Sek/ México/ hasta 6 kg	16	16	Completa						2.60	**75**	Cubierta exterior tipo tela. Barreras antiescurrimientos. Cubierta interna con una fórmula que brinda mayor protección a la piel del contacto con la humedad. Elásticos en la entrepierna y la cintura.
Pampers Fresconfort/ México/ 3 a 6 kg	16	16	Completa						2.24	**75**	Diseño anatómico (como calzoncito). Cabe destacar que para su óptimo desempeño debe colocarse correctamente (siguiendo las instrucciones de la etiqueta). Formulación con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad. Con barreras antiescurrimientos. Cubierta externa acolchonada.
Del Sol/ México/ hasta 6 kg	14	14	Completa						0.92	**70**	Elásticos en la entrepierna. Banda frontal para pegar y despegar las cintas adhesivas.
Querubín Gel/ México/ hasta 6 kg	14	14	Completa						1.80	**70**	Barreras antiescurrimientos. Banda frontal para pegar y despegar las cintas adhesivas. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad.
Suabebé Uni/ México/ hasta 6 kg	14	14	Completa						1.32	**70**	Cinta frontal para pegar y despegar. Elásticos en la entrepierna.
Uni/ México/ hasta 6 kg	24	24	Completa						1.00	**70**	Elásticos en la entrepierna. Cinta frontal para pegar y despegar las cintas adhesivas.

Excelente *Bueno* *Regular* *Deficiente*

Pañales desechables para bebés de 5.5 a 10 kg

Marca/ procedencia/ peso del bebé	Contenido neto (piezas)		Información al consumidor	Velocidad de absorción	Cubierta seca	Capacidad total de absorción	Adhesividad de cintas	Resistencia de los materiales	Costo por pieza ($)	Evaluación global de calidad	Características del diseño
	Declarado	Verificado									
Huggies UltraConfort/ México/ 7.5 a 10 kg	16	16	Completa						3.00	**100**	Cubierta externa tipo tela. Delgado con barreras antiescurrimientos. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad. Elásticos en la entrepierna y la cintura. Sistema de cintas adhesivas con parche de una pieza.
Huggies Supreme/ México/ 7.5 a 10 kg	15	15	Completa						3.61	**98**	Cubierta externa tipo tela. Cubierta porosa que permite la entrada de aire. Ultradelgado. Barreras antiescurrimientos. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad. Elásticos en la entrepierna y la cintura. Sistema de cintas mecánico, con microganchos.
Aurrera. Ultra/ México/ 6 a 10 kg	16	16	Completa						1.79	**95**	Barreras antiescurrimientos. Elásticos en la entrepierna y la cintura. Cubierta interna con una fórmula que brinda mayor protección a la piel del contacto con la humedad. Cintas adheribles.

Pañales desechables para bebés de 5.5 a 10 kg

(Continuación)...

Marca/ procedencia/ peso del bebé	Contenido neto (piezas)		Información al consumidor	Velocidad de absorción	Cubierta seca	Capacidad total de absorción	Adhesividad de cintas	Resistencia de los materiales	Costo por pieza ($)	Evaluación global de calidad	Características del diseño
	Declarado	Verificado									
Drypers Premium/ México/ 5 a 10 kg	16	16	Completa						2.85	**95**	Cubierta exterior tipo tela. Barreras antiescurrimientos. Elásticos en la entrepierna y la cintura. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad.
Kleen Bebé Suavelastic/ México/ 6 a 10 kg	16	16	Completa						2.35	**95**	Barreras antiescurrimientos. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad. Elásticos en la entrepierna. Cintas adhesivas con parche de una pieza.
Kleen Bebé Plus Hi.Sec/ México/ 5.5 a 8 kg	16	16	Completa						2.70	**95**	Cubierta externa tipo tela. Con barreras antiescurrimientos. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad. Elásticos en la entrepierna y la cintura. Sistema de cintas adhesivas con pestaña de tela.
Kleen Bebé Plus Hi.Sec/ México/ 7.5 a 10 kg	16	16	Completa						3.00	**95**	Cubierta externa tipo tela. Con barreras antiescurrimientos. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad. Elásticos en la entrepierna y la cintura. Sistema de cintas adhesivas con pestaña de tela.
Comercial Mexicana Maxi Sec/ México/ 6 a 10 kg	16	16	Completa						2.24	**90**	Barreras antiescurrimientos. Elásticos en la entrepierna y la cintura. Cubierta interna con una fórmula que brinda mayor protección a la piel del contacto con la humedad.
Gigante Bebetines Clásicos/ México/ 6 a 10 kg	14	14	Completa						1.80	**90**	Elásticos en la entrepierna y cintas adhesivas.
Huggies. Ultra Confort/ México/ 5.5 a 8 kg	16	16	Completa						2.70	**90**	Cubierta externa tipo tela. Ultradelgado con barreras antiescurrimientos. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad. Elásticos en la entrepierna y la cintura. Sistema de cintas adhesivas con parche de una pieza.
Aurrera Bebé Night/ México/ 6 a 10 kg	16	16	Completa						2.18	**88**	Cubierta exterior tipo tela. Barreras antiescurrimientos. Elásticos en la entrepierna y la cintura. Cubierta interna con una fórmula que brinda mayor protección a la piel del contacto con la humedad. Cintas readheribles.
Chicolastic Ultra Sek/ México/ 6 a 10 kg	16	16	Completa						3.06	**88**	Cubierta exterior tipo tela. Barreras antiescurrimientos. Cubierta interna con una fórmula que brinda mayor protección a la piel del contacto con la humedad. Elásticos en la entrepierna y la cintura.
Aurrera Bebé Night/ México/ 4 a 8 kg	16	16	Completa						1.95	**85**	Barreras antiescurrimientos. Elásticos en la entrepierna y la cintura. Cintas repegables.
Aurrera. Bebyto/ México/ 6 a 10 kg	14	14	Completa						1.56	**85**	Delgado. Ajuste anatómico. Elásticos en la entrepierna.

Pañales desechables para bebes de 5.5 a 10 kg

(Continuación)...

Marca/ procedencia/ peso del bebé	Contenido neto (piezas)		Información al consumidor	Velocidad de absorción	Cubierta seca	Capacidad total de absorción	Adhesividad de cintas	Resistencia de los materiales	Costo por pieza ($)	Evaluación global de calidad	Características del diseño
	Declarado	Verificado									
Chicolastic Ultra Sek/ México/ 4 a 8 kg	16	16	Completa						2.68	**85**	Cubierta exterior tipo tela. Barreras anti-escurrimientos. Cubierta interna con una fórmula que brinda mayor protección a la piel del contacto con la humedad. Elásticos en la entrepierna y la cintura.
Chicolastic Ultra Trim/ México/ 6 a 10 kg	16	16	Completa						2.28	**85**	Elásticos en la entrepierna y la cintura. Barreras antiescurrimientos. Cintas adhesivas repegables. Cubierta interna con fórmula que brinda mayor protección a la piel del contacto con la humedad.
Gigante. Bebetines Super Sec/ México/ 6 a 10 kg	16	16	Completa						2.34	**85**	Delgado. Barreras antiescurrimientos. Elásticos en la entrepierna y la cintura. Cubierta interna con una fórmula que brinda mayor protección a la piel del contacto con la humedad.
Kleen Bebé Absor Sec/ México/ 6 a 10 kg	16	16	Completa						1.80	**85**	Con barreras antiescurrimientos. Elásticos en la entrepierna. Cintas adhesivas con parche de una pieza.
Pampers Premium/ E. U./ 5 a 8 kg	22	22	Completa						3.05	**85**	Elásticos en la cintura y la entrepierna, contiene una formulación con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad. Con barreras antiescurrimientos. Con cintas de ajuste mecánico (se pegan y se despegan), con cubierta tipo tela, con laterales porosos que permiten la ventilación.
Huggies Supreme/ México/ 5.5 a 8 kg	15	15	Completa						3.24	**83**	Cubierta externa tipo tela. Cubierta porosa que permite la entrada de aire. Delgado. Barreras antiescurrimientos. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad. Elásticos en la entrepierna y la cintura. Sistema de cintas mecánico, con microganchos.
Comercial Mexicana Maxi Sec/ México/ 4 a 8 kg	16	16	Completa						2.01	**80**	Cubierta exterior tipo tela. Barreras anti-escurrimientos. Elásticos en la entrepierna y la cintura. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad.
Comercial Mexicana Clásico/ México/ 6 a 10 kg	14	14	Completa						1.63	**80**	Elásticos en la entrepierna y cintas adhesivas.
Chicolastic Classic/ México/ 6 a 10 kg	14	14	Completa						1.83	**80**	Elásticos en la entrepierna y la cintura. Cintas repegables.
Gigante Bebetines Super Sec/ México/ 4 a 8 kg	16	16	Completa						2.06	**80**	Elásticos en la entrepierna y la cintura. Cubierta interna con una fórmula que brinda mayor protección a la piel del contacto con la humedad.
Kleen Bebé Básico/ México/ 6 a 10 kg	14	14	Completa						1.76	**80**	Elásticos en la entrepierna. Cintas adhesivas con parche de una pieza.
Soft Tails/ México/ 3 a 7 kg	16	16	Completa						2.59	**80**	Delgado. Elásticos en la entrepierna. Barreras antiescurrimientos. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad.

Pañales desechables para bebés de 5.5 a 10 kg

(Continuación)...

Marca/ procedencia/ peso del bebé	Contenido neto (piezas)		Información al consumidor	Velocidad de absorción	Cubierta seca	Capacidad total de absorción	Adhesividad de cintas	Resistencia de los materiales	Costo por pieza ($)	Evaluación global de calidad	Características del diseño
	Declarado	Verificado									
Kleen Bebé Suavelastic/ México/ 4.5 a 7 kg	16	16	Completa						2.11	**75**	Barreras antiescurrimientos. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad. Elásticos en la entrepierna. Cintas adhesivas con parche de una pieza.
Chicolastic Classic/ México/ 4 a 8 kg	14	14	Completa						1.73	**70**	Elásticos en la entrepierna y la cintura. Cintas repegables.
Drypers Unixsec/ México/ 5 a 10 kg	14	14	Completa						3.61	**70**	Elásticos en la entrepierna. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad.
Comercial Mexicana Clásico/ México/ 4 a 8 kg	14	14	Completa						1.56	**65**	Elásticos en la entrepierna y cintas adhesivas.

Pañales desechables para bebés de 9.5 a 13 kg

Marca/ procedencia/ peso del bebé	Contenido neto (piezas)		Información al consumidor	Velocidad de absorción	Cubierta seca	Capacidad total de absorción	Adhesividad de cintas	Resistencia de los materiales	Costo por pieza ($)	Evaluación global de calidad	Características del diseño
	Declarado	Verificado									
Huggies UltraConfort/ México/ 9.5 a 13 kg	16	16	Completa						3.37	**100**	Cubierta externa tipo tela. Delgado con barreras antiescurrimientos. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad. Elásticos en la entrepierna y la cintura. Sistema de cintas adhesivas con parche de una pieza.
Comercial Mexicana Maxi Sec/ México/ 9 a 12 kg	16	16	Completa						**2.64**	**95**	Cubierta exterior tipo tela. Barreras antiescurrimientos. Elásticos en la entrepierna y la cintura. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad.
Gigante Bebetines Super Sec/ México/ 9 a 13 kg	16	16	Completa						**2.71**	**95**	Delgado. Barreras antiescurrimientos. Elásticos en la entrepierna y la cintura. Cubierta interna con una fórmula que brinda mayor protección a la piel del contacto con la humedad.
Chicolastic Ultra Sek/ México/ 9 a 13 kg	16	16	Completa						3.05	**91**	Cubierta exterior tipo tela. Barreras antiescurrimientos. Cubierta interna con una fórmula que brinda mayor protección a la piel del contacto con la humedad. Elásticos en la entrepierna y la cintura.
Aurrera. Ultra/ México/ 9 a 13 kg	14	14	Completa						2.11	**90**	Barreras antiescurrimientos. Elásticos en la entrepierna y la cintura. Cubierta interna con una fórmula que brinda mayor protección a la piel del contacto con la humedad. Cintas adheribles.
Baby Dry/ México/ 5 a 11 kg	14	14	Completa						2.21	**90**	Delgado. Con barreras antiescurrimientos. Elásticos en la entrepierna y la cintura. Con cinta frontal.
Chicolastic Ultra Trim/ México/ 9 a 13 kg	14	14	Completa						2.71	**90**	Elásticos en la entrepierna y la cintura. Barreras antiescurrimientos. Cintas adhesivas repegables. Cubierta interna con una fórmula que brinda mayor protección a la piel del contacto con la humedad.

Pañales desechables para bebés de 9.5 a 13 kg

(Continuación)...

Marca/ procedencia/ peso del bebé	Contenido neto (piezas)		Información al consumidor	Velocidad de absorción	Cubierta seca	Capacidad total de absorción	Adhesividad de cintas	Resistencia de los materiales	Costo por pieza ($)	Evaluación global de calidad	Características del diseño
	Declarado	Verificado									
Kleen Bebé Suavelastic/ México/ 9 a 13 kg	16	16	Completa						2.58	**90**	Barreras antiescurrimientos. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad. Elásticos en la entrepierna. Cintas adhesivas con parche de una pieza.
Natural Baby Supreme/ México/ 5 a 11 kg	15	15	Completa						3.33	**90**	Elásticos en la entrepierna y la cintura. Barreras antiescurrimientos. Tiene una cubierta porosa que permite el paso de aire. Cubierta externa degradable que permite que las fibras del núcleo absorbente entren en proceso de biodegradación.
Pampers Extra Protect/ México/ 9 a 13 kg	16	16	Completa						2.95	**90**	Con una formulación con aloe (en la cubierta interna y en las barreras) que brinda mayor protección a la piel del contacto con la humedad. Con elásticos en la cintura y la entrepierna, con cintas de ajuste mecánico (se pegan y se despegan). Cubierta externa acolchonada. Barreras antiescurrimientos.
Pampers Extra Protect/ México/ 5 a 11 kg	18	18	Completa						2.63	**90**	Con una formulación con aloe (en la cubierta interna y en las barreras) que brinda mayor protección a la piel del contacto con la humedad. Con elásticos en la cintura y la entrepierna, con cintas de ajuste mecánico (se pegan y se despegan). Cubierta externa acolchonada. Barreras antiescurrimientos.
Pampers Premium/ E. U. 7 a 13 kg	18	18	Completa						3.72	**90**	Elásticos en la cintura y la entrepierna, contiene una formulación con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad. Con barreras antiescurrimientos. Con cintas de ajuste mecánico (se pegan y se despegan), con cubierta tipo tela, con laterales porosos que permiten la ventilación.
Soft Tails/ México/ 5 a 12 kg	16	16	Completa						2.95	**90**	Delgado. Elásticos en la entrepierna. Barreras antiescurrimientos. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad.
Wonder Baby/ México/ 5 a 11 kg	14	14	Completa						1.95	**90**	Con barreras antiescurrimientos. Elásticos en la entrepierna. Cubierta interna con sábila que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad.
Aurrera Bebé Night/ México/ 9 a 13 kg	16	16	Completa						2.68	**86**	Cubierta exterior tipo tela. Barreras antiescurrimientos. Elásticos en la entrepierna y la cintura. Cubierta interna con una fórmula que brinda mayor protección a la piel del contacto con la humedad. Cintas readheribles.
Kleen Bebé Absor Sec/ México/ 9 a 13 kg	16	16	Completa						2.28	**85**	Con barreras antiescurrimientos. Elásticos en la entrepierna. Cintas adhesivas con parche de una pieza.
Pampers Fresconfort/ México/ 9 a 13 kg	16	16	Completa						2.45	**85**	Diseño anatómico (como calzoncito). Cabe destacar que para su óptimo desempeño debe colocarse correctamente (siguiendo las instrucciones de la etiqueta). Formulación con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad. Con barreras antiescurrimientos. Cubierta externa acolchonada.

Pañales desechables para bebés de 9.5 a 13 kg

(Continuación)...

Marca/ procedencia/ peso del bebé	Contenido neto (piezas)		Información al consumidor	Velocidad de absorción	Cubierta seca	Capacidad total de absorción	Adhesividad de cintas	Resistencia de los materiales	Costo por pieza ($)	Evaluación global de calidad	Características del diseño
	Declarado	Verificado									
Aurrera. Bebyto/ México/ 9 a 13 kg	14	14	Completa						1.92	**80**	Elásticos en la entrepierna y cintas adhesivas.
Comercial Mexicana Clásico/ México/ 9 a 12 kg	14	14	Completa						**1.99**	**80**	Elásticos en la entrepierna y cintas adhesivas.
Kleen Bebé Básico/ México/ 9 a 13 kg	14	14	Completa						2.14	**80**	Elásticos en la entrepierna. Cintas adhesivas con parche de una pieza.
Pampers Fresconfort/ México/ 5 a 11 kg	18	18	Completa						2.21	**80**	Diseño anatómico (como calzoncito). Cabe destacar que para su óptimo desempeño debe colocarse correctamente (siguiendo las instrucciones de la etiqueta). Formulación con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad. Con barreras antiescurrimientos. Cubierta externa acolchonada
Sekecito Gel/ México/ 5 a 11 kg	16	16	Completa						1.32	**80**	Cintas adhesivas para ajustar el pañal. Barreras antiescurrimientos. Elásticos en la entrepierna y cinta frontal.
Baby Dreams/ México/ 5 a 11 kg	16	16	Completa						2.32	**75**	Delgado. Con barreras antiescurrimientos. Elásticos en la cintura. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad.
Chicolastic Classic/ México/ 9 a 13 kg	14	14	Completa						2.24	**75**	Elásticos en la entrepierna y la cintura.
Gigante Bebetines Clásicos/ México/ 9 a 13 kg	14	14	Completa						**2.03**	**75**	Elásticos en la entrepierna y cintas adhesivas.
Suabebé Uni/ México/ 5 a 11 kg	14	14	Completa						1.75	**75**	Cinta frontal para pegarlo y despegarlo. Elásticos en entrepierna.
Del Sol/ México/ 5 a 11 kg	14	14	Completa						1.21	**70**	Elásticos en la entrepierna. Banda frontal para pegar y despegar las cintas adhesivas.
Querubín Gel/ México/ 5 a 11 kg	14	14	Completa						2.28	**70**	Elásticos en la entrepierna. Barreras antiescurrimientos. Cubierta interna con sábila que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad.
Uni/ México/ 5 a 11 kg	24	24	Completa						1.32	**70**	Elásticos en la entrepierna. Cinta frontal para pegar y despegar las cintas adhesivas.

Excelente *Bueno* *Regular* *Deficiente*

Pañales desechables para bebés de más de 12 kg

Marca/ procedencia/ peso del bebé	Contenido neto (piezas)		Información al consumidor	Velocidad de absorción	Cubierta seca	Capacidad total de absorción	Adhesividad de cintas	Resistencia de los materiales	Costo por pieza ($)	Evaluación global de calidad	Características del diseño
	Declarado	Verificado									
Huggies Supreme/ México/ 9.5 a 14 kg	15	15	Completa						4.06	**100**	Cubierta externa tipo tela. Cubierta porosa que permite la entrada de aire. Delgado. Barreras antiescurrimientos. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad. Elásticos en la entrepierna y la cintura. Sistema de cintas mecánico, con microganchos.
Huggies Supreme/ México/ más de 12 kg	15	15	Completa						4.64	**100**	Cubierta externa tipo tela. Cubierta porosa que permite la entrada de aire. Delgado. Barreras anti-escurrimientos. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad. Elásticos en la entrepierna y la cintura. Sistema de cintas mecánico, con microganchos.
Comercial Mexicana Maxi Sec/ México/ más de 12 kg	14	14	Completa						3.06	**95**	Cubierta exterior tipo tela. Barreras anti-escurrimientos. Elásticos en la entrepierna y la cintura. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad.
Huggies UltraConfort/ México/ más de 12.5 kg	14	14	Completa						3.85	**95**	Cubierta externa tipo tela. Delgado con barreras antiescurrimientos. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad. Elásticos en la entrepierna y la cintura. Sistema de cintas adhesivas con parche de una pieza.
Kleen Bebé Plus Hi.Sec/ México/ más de 12 kg	14	14	Completa						3.85	**95**	Cubierta externa tipo tela. Con barreras anti-escurrimientos. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad. Elásticos en la entrepierna y la cintura. Sistema de cintas adhesivas con pestaña de tela.
Kleen Bebé Plus Hi.Sec/ México/ 9.5 a 14 kg	16	16	Completa						3.37	**95**	Cubierta externa tipo tela. Con barreras antiescurrimientos. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad. Elásticos en la entrepierna y la cintura. Sistema de cintas adhesivas con pestaña de tela.
Natural Baby Supreme/ México/ más de 12 kg	15	15	Completa						3.76	**95**	Elásticos en la entrepierna y la cintura. Barreras antiescurrimientos.Tiene una cubierta porosa que permite el paso de aire. Cubierta externa degradable que permite que las fibras del núcleo absorbente entren en proceso de biodegradación.
Pampers Premium/ E. U./ más de 10 kg	16	16	Completa						4.24	**95**	Elásticos en la cintura y la entrepierna, contiene una formulación con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad. Con barreras antiescurrimientos. Con cintas de ajuste mecánico (se pegan y se despegan), con cubierta tipo tela, con laterales porosos.
Pampers Premium/ E. U./ más de 12 kg	14	14	Completa						4.84	**95**	Elásticos en la cintura y la entrepierna, contiene una formulación con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad. Con barreras antiescurrimientos. Con cintas de ajuste mecánico (se pegan y se despegan), con cubierta tipo tela, con laterales porosos.

Pañales desechables para bebés de más de 12 kg

(Continuación)...

Marca/ procedencia/ peso del bebé	Contenido neto (piezas)		Información al consumidor	Velocidad de absorción	Cubierta seca	Capacidad total de absorción	Adhesividad de cintas	Resistencia de los materiales	Costo por pieza ($)	Evaluación global de calidad	Características del diseño
	Declarado	Verificado									
Soft Tails Ultrathin/ México/ 9.5 a 14 kg	16	16	Completa						3.29	**95**	Delgado. Elásticos en la entrepierna. Barreras antiescurrimientos. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad.
Baby Dry/ México/ 10 kg o más	14	14	Completa						271	**90**	Delgado. Con barreras antiescurrimientos. Elásticos en ls entrepierna y la cintura. Con cinta frontal.
Chicolastic Ultra Trim/ México/ más de 12 kg	14	14	Completa						2.61	**90**	Elásticos en la entrepierna y la cintura. Barreras antiescurrimientos. Cintas adhesivas repegables. Cubierta interna con una fórmula que brinda mayor protección a la piel del contacto con la humedad.
Kleen Bebé Suavelastic/ México/ más de 12 kg	14	14	Completa						3.02	**90**	Barreras antiescurrimientos. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad. Elásticos en la entrepierna. Cintas adhesivas con parche de una pieza.
Natural Baby Supreme/ México/ 9 a 15 kg	15	15	Completa						4.30	**90**	Elásticos en la entrepierna y la cintura. Barreras antiescurrimientos. Tiene una cubierta porosa que permite el paso de aire. Cubierta externa degradable que permite que las fibras del núcleo absorbente entren en proceso de biodegradación.
Pampers Extra Protect/ México/	14	14	Completa						3.38	**90**	Con una formulación con aloe (en la cubierta interna y en las barreras) que brinda mayor protección a la piel del contacto con la humedad. Con elásticos en la cintura y la entrepierna, con cintas de ajuste mecánico (se pegan y se despegan). Cubierta externa acolchonada. Barreras antiescurrimientos.
Soft Tails/ México/ más de 13 kg	16	16	Completa						3.29	**90**	Delgado. Elásticos en la entrepierna. Barreras antiescurrimientos. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad.
Wonder Baby/ México/ más de 12 kg	14	14	Completa						1.91	**90**	Con barreras antiescurrimientos. Elásticos en la entrepierna. Cubierta interna con sábila que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad.
Aurrera Bebé Night/ México/ más de 12 kg	14	14	Completa						3.06	**88**	Cubierta exterior tipo tela. Barreras antiescurrimientos. Elásticos en la entrepierna y la cintura. Cubierta interna con una fórmula que brinda mayor protección a la piel del contacto con la humedad. Cintas readheribles.
Comercial Mexicana/ Clásico/ México/ más de 12 kg	14	14	Completa						3.06	**85**	Elásticos en la entrepierna y cintas adheribles.

Excelente *Bueno* *Regular* *Deficiente*

Pañales desechables para bebés de más de 12 kg

(Continuación)...

Marca/ procedencia/ peso del bebé	Contenido neto (piezas)		Información al consumidor	Velocidad de absorción	Cubierta seca	Capacidad total de absorción	Adhesividad de cintas	Resistencia de los materiales	Costo por pieza ($)	Evaluación global de calidad	Características del diseño
	Declarado	Verificado									
Gigante Bebetines Super Sec/ México/ más de 12 kg	14	14	Completa						3.16	**85**	Delgado. Barreras antiescurrimientos. Elásticos en la entrepierna y la cintura. Cubierta interna con una fórmula que brinda mayor protección a la piel del contacto con la humedad.
Kleen Bebé Absor Sec/ México/ más de 12 kg	14	14	Completa						2.32	**85**	Con barreras antiescurrimientos. Elásticos en la entrepierna. Cintas adhesivas con parche de una pieza.
Pampers Fresconfort/ México/ más de 12 kg	14	14	Completa						3.18	**85**	Diseño anatómico (como calzoncito). Cabe destacar que para su óptimo desempeño debe colocarse correctamente (siguiendo las instrucciones de la etiqueta). Formulación con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad con barreras antiescurrimientos. Cubierta externa acolchonada.
Baby Dreams/ México/ más de 12 kg	16	16	Completa						2.98	**80**	Delgado. Con barreras antiescurrimientos. Elásticos en la cintura. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad.
Drypers Premium/ México/ 9 a 14 kg	16	16	Completa						2.06	**80**	Cubierta exterior tipo tela. Barreras antiescurrimientos. Elásticos en la entrepierna y la cintura. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad.
Drypers Unixsec/ México/ 9 a 14 kg	14	14	Completa						2.40	**80**	Elásticos en la entrepierna. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad.
Wonder Baby/ México/ 10 kg o más	14	14	Completa						1.95	**80**	Con barreras antiescurrimientos. Elásticos en la entrepierna. Cubierta interna con sábila que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad.
Chicolastic Ultra Sek/ México/ más de 12 kg	14	14	Completa						3.83	**78**	Cubierta exterior tipo tela. Barreras antiescurrimientos. Cubierta interna con una fórmula que brinda mayor protección a la piel del contacto con la humedad. Elásticos en la entrepierna y la cintura.
Baby Dreams/ México/ 9 a 15 kg	16	16	Completa						2.49	**75**	Delgado. Con barreras antiescurrimientos. Elásticos en la cinturaa. Cubierta interna con aloe que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad.
Del Sol/ México/ más de 12 kg	14	14	Completa						1.45	**75**	Elásticos en la entrepierna. Banda frontal para pegar y despegar las cintas adhesivas.
Del Sol/ México/ 10 kg o más	14	14	Completa						1.49	**75**	Elásticos en la entrepierna. Banda frontal para pegar y despegar las cintas adhesivas.
Querubín Gel/ México más de 12 kg	14	14	Completa						1.84	**75**	Elásticos en la entrepierna. Barreras antiescurrimientos. Cubierta interna con sábila que forma una película que ayuda a proteger la piel del contacto con la humedad.

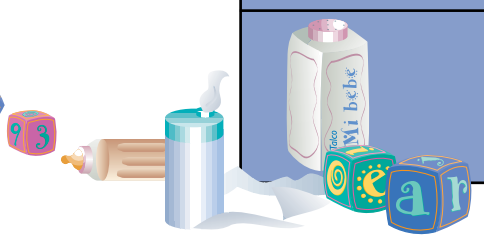
Pañales desechables para bebés de más de 12 kg

(Continuación)...

Marca/ procedencia/ peso del bebé	Contenido neto (piezas)		Información al consumidor	Velocidad de absorción	Cubierta seca	Capacidad total de absorción	Adhesividad de cintas	Resistencia de los materiales	Costo por pieza ($)	Evaluación global de calidad	Características del diseño
	Declarado	Verificado									
Sekecito Gel/ México/ 10 kg o más	16	16	Completa						1.32	**75**	Cintas adhesivas para ajustar el pañal. Barreras antiescurrimientos. Elásticos en la entrepierna. Cinta frontal que permite pegarlo y despegarlo.
Suabebé Uni/ México/ más de 12 kg	14	14	Completa						2.28	**75**	Cinta frontal para pegar y despegar las cintas adhesivas. Elásticos en la entrepierna.
Suabebé Uni/ México/ 10 kg o más	14	14	Completa						1.96	**75**	Cinta frontal para pegarlo y despegarlo. Elásticos en la entrepierna.
Uni/ México/ más de 12 kg	24	24	Completa						1.69	**75**	Elásticos en la entrepierna. Cinta frontal para pegar y despegar las cintas adhesivas.
Uni/ México/ más de 10 kg	24	24	Completa						1.69	**75**	Elásticos en la entrepierna. Cinta frontal para pegar y despegar las cintas adhesivas.

Tabla de ponderación

		Puntos
Contenido neto		15
Información al consumidor (Menos de 2 puntos por cada requisito de etiquetado incluido)		15
Velocidad de absorción (ml/s) 8.01 - 11 4.01 -8 2 - 4 < 2	 Excelente Bueno Regular Deficiente	15 15 10 5 0
Cubierta seca (% de regreso de humedad a la superficie del pañal) < 2 2 - 5.99 6 - 9 < 9	 Excelente Bueno Regular Deficiente	15 15 10 5 0
Capacidad total de absorción (ml) Pañal para recién nacido / Pañal para bebé 4.5 - 6 kg / Pañal para bebé 5.5 -10 kg / Pañal para bebé 9.5 - 13 kg / Pañal para bebé de más de 12 kg > 200 / > 300 / > 400 / > 525 / > 675 100 - 199 / 200 - 299 / 300 - 399 / 400 - 524 / 500 - 674 < 100 / < 200 / < 300 / < 400 / < 500	 Excelente Bueno Regular	15 15 10 5
Adhesividad de las cintas (Nw) > 45 35 - 44.9 > 35	 Excelente Bueno Regular	10 10 8 6
Resistencia de los materiales (Nw) > 45 40 - 44.9 > 40	15 Excelente Bueno Regular	 15 10 5
	Total	**100**

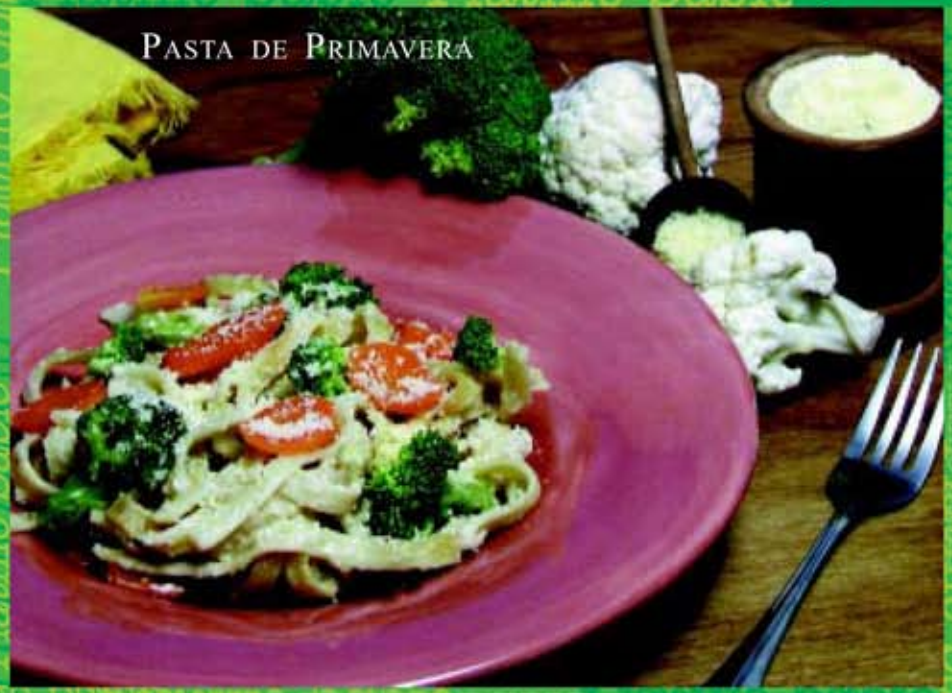


Carnes

Rollitos de Acelga en Salsa de Cilantro

Verduras y leguminosas

Pasta de Primavera



Verduras y leguminosas

Tamales de Quintoniles

Pescados y Mariscos

Pescado Almendrado Estilo Veracruz

Pasta de Primavera

(6 porciones)

Ingredientes

- 2 tazas de leche
- 120 g de queso manchego rallado
- 60 g de queso parmesano rallado (opcional)
- 180 g de fetuchini, tallarín o espagueti cocido*
- 2 cucharadas rasas de harina de trigo (20 g)
- 2 zanahorias medianas (220 g) sin cáscara, cocidas y cortadas en diagonales pequeñas
- 200 g de brócoli cocido en ramitos pequeños
- 150 g de coliflor cocida en ramitos pequeños
- 150 g de champiñones cortados en cuatro
- 1/4 de cebolla mediana finamente picada (60 g)
- 4 cucharadas de margarina (40 g)
- 1 hoja de laurel
- 1/4 de cucharadita de nuez moscada
- 1/4 de cucharadita de pimienta
- sal al gusto

Preparación:

1. En una cacerola se derriten tres cucharadas de margarina a fuego medio, cuidando que no se queme, junto con la pimienta; ahí se acitrona la cebolla y enseguida se saltean los champiñones durante dos o tres minutos.
2. Se añade la harina sin dejar de mover con una cuchara de madera, aproximadamente durante 30 segundos, para que no se dore. Poco a poco se agrega la leche, revolviendo constantemente para evitar que se formen grumos.
3. Cuando la salsa suelte el hervor y comience a espesar se agrega el queso manchego, la nuez moscada y sal al gusto. Se apaga el fuego y se continúa mezclando hasta que el queso se funda totalmente y adquiera una consistencia cremosa. Se añade el brócoli, la coliflor y las zanahorias, incorporando los ingredientes con movimientos envolventes.
4. En un molde refractario untado con una cucharada de margarina se coloca la pasta cocida y encima se vierte la salsa. El molde se cubre con un pedazo de papel aluminio y se introduce al horno previamente caliente durante 20 minutos aproximadamente a 180° C. Se sirve caliente con un poco de queso parmesano espolvoreado encima.

Recomendaciones

* Para que la pasta quede en su punto o al dente hay que poner a hervir por lo menos un litro de agua por cada 100 g de pasta, agregarle unas gotas de aceite, una hoja de laurel y suficiente sal -de preferencia gruesa- para realzar su sabor; es muy importante añadir la pasta hasta que el agua suelte el hervor y cuando vuelva a hervir mantenerla a fuego lento durante diez o 15 minutos aproximadamente, o lo que indique el fabricante. Remueva sólo ocasionalmente para evitar que la pasta se pegue, de preferencia con un tenedor de madera. Al terminar la cocción se escurre, pero no demasiado (las pastas se enjuagan solamente si se va a preparar un platillo en frío). Después se le añaden unas gotas de aceite o mantequilla derretida para evitar que la pasta se pegue y permitir que la salsa se distribuya uniformemente.

Rollitos de Acelga en Salsa de Cilantro

(6 porciones-12 rollitos)

Ingredientes

- 230 g de carne molida de res
- 70 g de queso oaxaca deshebrado
- 2 huevos
- 10 cucharadas de pan molido
- 4 cucharadas de harina de trigo
- 24 hojas de acelgas lavadas y desinfectadas (400 g)
- 3 zanahorias medianas ralladas (330 g)
- 1/2 cebolla mediana picada (125 g)
- 2 dientes de ajo finamente picados (4 g)
- 1/2 taza de aceite (120 ml)
- sal y pimienta al gusto

Ingredientes para la salsa de cilantro:

- 4 cucharadas de vinagre
- 3 cucharadas de aceite
- 2 dientes de ajo
- 1/4 de cebolla
- 1/2 manojo de cilantro lavado y desinfectado
- 1 pizca de orégano
- sal y pimienta al gusto
- palillos, los necesarios

Preparación:

1. La cebolla y el ajo se sofríen, se agregan la carne, las zanahorias y se salpimienta.
2. Las hojas de acelga se toman por el tallo y se introducen en agua hirviendo durante medio minuto, se retiran y se les corta el tallo.
3. Sobre cada hoja extendida se espolvorea un poco de sal, se añade una cucharada de carne, unas hebras de queso y se enrolla, después se envuelve en otra hoja colocada en forma transversal. Se sujeta con medio palillo.
4. Los rollitos se enharinan, luego se pasan por el huevo batido y finalmente por el pan molido, procurando que queden bien cubiertos y compactos.
5. Se fríen en aceite caliente a fuego medio y se dejan escurrir sobre servilletas de papel para retirarles el exceso de grasa. Se quitan los palillos antes de servirlos y se bañan con la salsa de cilantro.
6. Para preparar la salsa de cilantro se licuan todos los ingredientes y se sazonan con sal y pimienta al gusto. Si lo desea añada un poco de agua.

Pescado Almendrado Estilo Veracruz

(6 porciones)

Ingredientes

- 500 g de pescado rebanado (peto, villajaiba, cabrilla, lisa o rubia)
- 1/8 de tablilla de chocolate (12 g)
- 10 almendras sin piel
- 6 porciones de puré de papa
- 300 g de jitomates asados
- 1/2 cebolla (125 g)
- 4 dientes de ajo (8 g)
- 6 alcaparras
- 4 rajas de chile jalapeño en escabeche
- 85 g de aceitunas deshuesadas
- 3 cucharadas de margarina (30 g)
- 2 cucharadas de aceite de oliva (20 ml)
- 1 copita de vinagre
- 1/2 raja de canela
- 1 copita de vino blanco
- sal y pimienta al gusto

Preparación:

1. Las rebanadas de pescado se salpimientan y se untan con la margarina. Se reservan.
2. El resto de los ingredientes se licua perfectamente, excepto la mitad de las aceitunas, que servirán para adornar el platillo.
3. En un molde refractario se coloca una hoja de papel aluminio, y sobre ésta se esparce un poco de la salsa.
4. Se acomoda el pescado en el molde, se cubre con el resto de la salsa y se adorna con las aceitunas que se reservaron. Se tapa con el papel aluminio y se hornea a 180° C durante 30 minutos.
5. Se sirve acompañado de puré de papa y se adorna al gusto.

Tamales de Quintoniles

(12 porciones-24 piezas)

Ingredientes

- 300 g de queso fresco
- 1 kg de masa de maíz
- 1 manojo de quintoniles sin raíz, cortados, lavados, desinfectados y escurridos (300 g)
- 4 ramas de epazote picado muy finamente (20 g)
- 4 chiles serranos picados muy finamente (20 g)
- 1 1/4 de tazas de manteca (250 g)
- 1 1/2 tazas de caldo de pollo
- 1 cucharada de polvo para hornear (10 g)
- sal al gusto
- 24 hojas de maíz para tamal, lavadas y escurridas

Preparación:

1. La manteca se bate con el polvo para hornear y una cucharada de sal hasta acremarla; después se agrega la masa, previamente desbaratada en un poco de caldo; se continúa batiendo, agregándole el caldo necesario, durante 35 minutos aproximadamente. Para saber si la masa tiene la consistencia deseada coloque una bolita en una taza con agua y si flota ya está lista.
2. Los quintoniles, el chile, el epazote y el queso desmoronado se mezclan con la masa hasta incorporar todo perfectamente, pero sin batir. La masa debe quedar bien condimentada y tener consistencia ligera.
3. En cada hoja se pone una porción regular de masa y se envuelve. Los tamales se colocan en una vaporera y se cuecen durante una hora y media o dos horas aproximadamente.

Nota: Los quintoniles se pueden sustituir por cualquier otra hoja verde como espinacas, quelites, acelgas o chipilín.

Aseo personal

Enjuague bucal

Rendimiento: 500 ml

Tiempo de elaboración: 30 minutos

Ingredientes

- 1/2 litro de agua hervida o clorada
- 25 piezas de clavo de olor (3 g)
- 1 manojo de perejil limpio, fresco o seco
- 1 cucharada sopera de esencia de canela (10 ml)*
- 1 cucharada sopera de esencia de menta (10 ml)*
- la punta de una cucharada cafetera de colorante vegetal verde**

*Se consiguen en farmacias grandes o en droguerías.

**Se consigue en tiendas de materias primas.

Procedimiento:

1. Con el trozo de tela se forma un saquito y dentro se colocan el clavo y 12 hojitas de perejil, se anuda fuertemente para evitar que los ingredientes se salgan y se reserva.
2. En la olla de peltre se vierten el agua y el colorante, agitando con la cuchara hasta que se disuelva.
3. Esta mezcla se pone a calentar a fuego alto, cuando comience a hervir se añade el saquito de tela, se baja la flama a fuego medio y se deja hervir por diez minutos.
4. Al cabo de ese lapso se agregan las esencias de canela y de menta y se deja hervir durante diez minutos.
5. Transcurrido ese tiempo se retira del fuego y se deja enfriar. Por último se coloca el embudo en la boca del envase de vidrio y dentro de éste un pedazo de tela (o papel filtro), se vierte el enjuague y se tapa; se coloca la etiqueta con el nombre del producto, la fecha de elaboración y la de caducidad.

Pescados y mariscos

Calamares en su tinta

Rendimiento: 700 g

Tiempo de preparación: 2 horas

Ingredientes

- 1 kg de calamar americano
- 1 cebolla mediana
- 3 dientes de ajo sin cáscara y picados
- 4 cucharadas cafeteras de perejil picado
- 2 cucharadas cafeteras de pimienta molida
- 1 1/4 de tazas de aceite de oliva (300 ml)
- 1 1/4 de tazas de agua (340 ml)
- 1/2 cucharada cafetera de canela molida
- sal

Preparación:

1. Se limpian los calamares, desechando intestinos, cabezas y cartílagos. La bolsa de tinta se retira y se reserva teniendo especial cuidado de no romperla. Se lavan los calamares bajo el chorro del agua y se cortan en trozos de 3 cm aproximadamente.
2. En el aceite caliente se dora la cebolla, luego se añaden los calamares, los ajos, el perejil, la canela, la pimienta y una taza de agua; se mezclan bien los ingredientes. El guiso se deja a fuego medio.
3. Aparte se extrae la tinta de los saquitos y se diluye en un cuarto de taza de agua (60 ml). Cuando los calamares suelten el primer hervor se añade la tinta diluida.
4. Con la cuchara se revuelven los ingredientes y se dejan a fuego bajo hasta que los calamares estén tiernos, la salsa se

Carnes frías y embutidos

Queso de puerco

Rendimiento: 600 g aprox.

Tiempo de preparación: 1 día

Ingredientes

- 5 3/4 de tazas de agua hervida o clorada
- 500 g de cabeza de cerdo (cachete y trompa)
- 5 cucharadas soperas de vinagre blanco
- 2 1/4 de cucharadas cafeteras de sal de mesa
- 1 1/2 cucharadas soperas de grenetina*
- 1 cucharada cafetera de fosfato de sodio**
- 1 cucharada cafetera de orégano molido
- 1 cucharada cafetera de ajo en polvo
- 1 cucharada cafetera de pimienta negra molida
- 1/2 cucharada cafetera de azúcar
- 2 pastillas de vitamina C de 500 mg (ácido ascórbico)***
- 1/4 de cucharada cafetera de sal de cura**

* Se consigue en tiendas de materias primas o supermercados.

Preparación:

1. Se lava la carne bajo el chorro del agua y se pone a cocer en la olla con cuatro tazas de agua y una cucharada cafetera de sal.
2. Sobre la tabla se pica la carne cocida en trozos pequeños.
3. En el tazón se coloca la sal de cura, el resto de la sal, pimienta, orégano, ajo en polvo, azúcar y ácido cítrico, y se mezclan con la cuchara. Aparte, en el vaso de vidrio se vierte un cuarto de taza de agua y ahí se disuelve el fosfato de sodio, después se agrega la carne en el tazón con los condimentos, el vinagre y el fosfato, y con la cuchara se incorpora todo perfectamente; se tapa el tazón.
4. Se deja reposar en refrigeración por espacio de 18 horas. Durante ese tiempo se revuelve constantemente la carne con ayuda de la cuchara, para favorecer la penetración de las sales y los condimentos.
5. Transcurrido ese tiempo se disuelve la grenetina en media taza de agua fría en el pocillo de peltre. Se deja hidratar perfectamente (cinco minutos) y se coloca en la estufa a fuego moderado, moviendo con la cuchara hasta que se disuelva por completo (aproximadamente 15 minutos).
6. Se escurre el líquido que se haya acumulado en el tazón que contiene la carne y ésta se vacía en el recipiente de plástico con capacidad de un litro. Se colocan tres cucharadas de carne en la licuadora

Conservas de frutas y verduras

Nopales en escabeche

Rendimiento: 720 g

Tiempo de preparación: 1 hora

Ingredientes

- 1/2 kg de nopales frescos y cortados en tiras
- 4 dientes de ajo enteros y sin cáscara
- 4 pimientas negras
- 3 tazas de agua hervida o clorada
- 3 cáscaras de tomate limpias
- 3 chiles de árbol secos (o al gusto)
- 2 zanahorias lavadas, sin cáscara y partidas en rodajas
- 2 cucharadas soperas de aceite (20 ml)
- 2 ramitas de tomillo y 2 hojas de mejorana
- 1 taza de vinagre blanco (250 ml)
- 1 cucharada cafetera de sal de mesa (5 g)
- 1 hoja de laurel
- 1/2 cebolla mediana rebanada en aros

Preparación:

1. En la olla de dos litros se ponen a hervir dos tazas de agua a fuego medio; cuando suelte el primer hervor se agregan los nopales, las cáscaras de tomate y las zanahorias, y se dejan al fuego durante tres minutos. Transcurrido ese tiempo se escurren en el colador y se enjuagan, retirando las cáscaras de tomate.
2. En la cacerola se calienta el aceite y se sancochan a fuego bajo la cebolla, el ajo y el chile de árbol, moviendo con una cuchara para evitar que se quemen; cuando la cebolla se vea transparente se agregan los nopales y las zanahorias; la mezcla se mantiene a fuego medio.
3. Mientras tanto se disuelven la sal y el ácido cítrico en la taza de agua restante y se vierte sobre los nopales, enseguida se agregan el vinagre, el tomillo, la mejorana, el laurel y la pimienta se revuelven continuamente con la cuchara y se dejan hervir a fuego bajo durante 20 minutos.

Educación para el consumo

PROFECO

Utensilios

- tabla para picar
- cuchillo
- recipiente de plástico con capacidad de 1 litro
- cuchara grande
- cacerola con capacidad de 2 litros
- taza
- frasco esterilizado con tapa, con capacidad de 750 ml

espese y el aceite quede integrado a la mezcla (aproximadamente 15 minutos).

Envasado, conservación y caducidad

La mezcla aún caliente se vacía en el frasco esterilizado -tenga cuidado de no quemarse-, dejando un espacio de un centímetro entre los calamares y el borde del frasco, luego se tapa «al llegue» -sin apretar- y se coloca a baño María en una olla con agua suficiente para que cubra el frasco hasta el borde; se deja hervir durante 45 minutos.
Transcurrido ese tiempo se cierra perfectamente el frasco, se retira de la olla y se deja enfriar a temperatura ambiente. Finalmente se le coloca una etiqueta con el nombre del producto, la fecha de elaboración y la de caducidad.
Los calamares en su tinta se deben guardar en un lugar fresco y oscuro. Una vez abiertos es necesario conservarlos en refrigeración.
El producto elaborado mediante esta tecnología tiene una duración de seis meses en anaquel. Una vez abierto se conserva hasta un mes en refrigeración.

Recomendaciones

Es preferible comprar el calamar fresco, su color debe ser marfil bajo la piel, sin decoloración, y su carne elástica y firme al tacto.

Educación para el consumo

PROFECO

Utensilios

- pedazo de tela de algodón limpio de 10 x 10 cm
- olla de peltre con capacidad de 1 litro
- cuchara grande para cocinar
- embudo pequeño
- envase de vidrio previamente esterilizado, con tapa, con capacidad de 500 ml
- 1 papel filtro (puede ser el que se utiliza para las cafeteras) o un pedazo de tela de algodón limpio
- etiqueta adherible

Envasado, conservación y caducidad

El producto envasado se conserva en un lugar fresco y seco.
El enjuague bucal elaborado mediante esta tecnología tiene una duración de un mes. Pasado ese tiempo deseche los sobrantes.

Modo de uso

* Agite bien el enjuague antes de usarlo. En un vaso se vierte una parte de enjuague y una de agua. Haga buches durante 20 segundos y enjuague con agua. Repita la operación tres veces o más. Si lo desea puede utilizar el enjuague sin diluir. Este producto no se debe ingerir.

Recomendaciones

* Es conveniente no alterar las cantidades de los ingredientes, de lo contrario las características finales del producto no serán las adecuadas.
* En caso de que sobren ingredientes se deben etiquetar y guardar en un lugar fresco, seco y oscuro.

Educación para el consumo

PROFECO

- 1/2 pastilla de ácido cítrico hecha polvo (cucharada cafetera)*

* Se consigue en farmacias grandes o en droguerías.

Utensilios

- olla con capacidad de 2 litros
- colador grande de plástico con orificio mediano
- cacerola de aluminio con capacidad de 2 litros
- cuchara grande
- frasco esterilizado con tapa hermética, con capacidad de 750 ml

4. Pasado ese lapso se vacían los nopales aún calientes en el frasco, dejando un centímetro entre la boca del frasco y el producto, eliminando las burbujas que se formen.

Envasado, conservación y caducidad

Para esterilizar el producto se tapa el frasco «al llegue» -sin apretar- y se coloca a baño María de manera que el nivel del agua llegue hasta el borde; se deja hervir por 20 minutos. Pasado este tiempo se cierra perfectamente, se saca con la ayuda de un trapo seco, se deja enfriar a temperatura ambiente y se conserva en un lugar fresco y seco. Finalmente se le coloca una etiqueta con el nombre del producto, la fecha de elaboración y la de caducidad.
Los nopales elaborados mediante esta tecnología tienen una duración de tres meses sin abrir. Una vez abierto el producto requiere mantenerse en refrigeración; en estas condiciones se conserva hasta dos meses.

Recomendaciones

* Es conveniente aprovechar la temporada de nopal, es decir, de febrero a agosto.
* Los nopales en escabeche se pueden servir como guarnición.

Ingredientes alternativos

Si lo desea puede agregar, además de las zanahorias, coliflor o alguna otra verdura de su preferencia.

Educación para el consumo

PROFECO

** Se consigue en proveedoras para empacadoras.
*** Se consigue en farmacias grandes.

Utensilios

- olla de peltre con capacidad de 2 litros
- tabla para picar
- cuchillo
- recipiente de vidrio o de plástico con tapa, con capacidad de 2 litros
- cuchara o pala de madera
- vaso de vidrio con capacidad de 250 ml
- pocillo de peltre con capacidad de 1/2 litro
- licuadora
- recipiente de plástico o de vidrio con tapa, con capacidad de 1 litro
- plato extendido
- recipiente de plástico con tapa hermética, con capacidad de 1 kg
- etiqueta adhesiva

con dos cucharadas soperas de grenetina líquida, y se muelen hasta obtener una pasta homogénea.

7. Esta mezcla se revuelve con la grenetina restante y con la cuchara se incorporan todos los ingredientes para que cubran perfectamente los trozos de carne.
8. Se tapa el recipiente y se introduce al refrigerador para que la gelatina cuaje.
9. Para sacar el queso del recipiente se despega de las orillas con ayuda de un cuchillo y se voltea sobre un plato extendido.

Envasado, conservación y caducidad

El queso se guarda en un recipiente de plástico, se tapa y se introduce al refrigerador. No olvide colocar una etiqueta con el nombre del producto, la fecha de elaboración y la de caducidad.
El queso de puerco elaborado mediante esta tecnología tiene una duración aproximada de tres semanas en refrigeración.

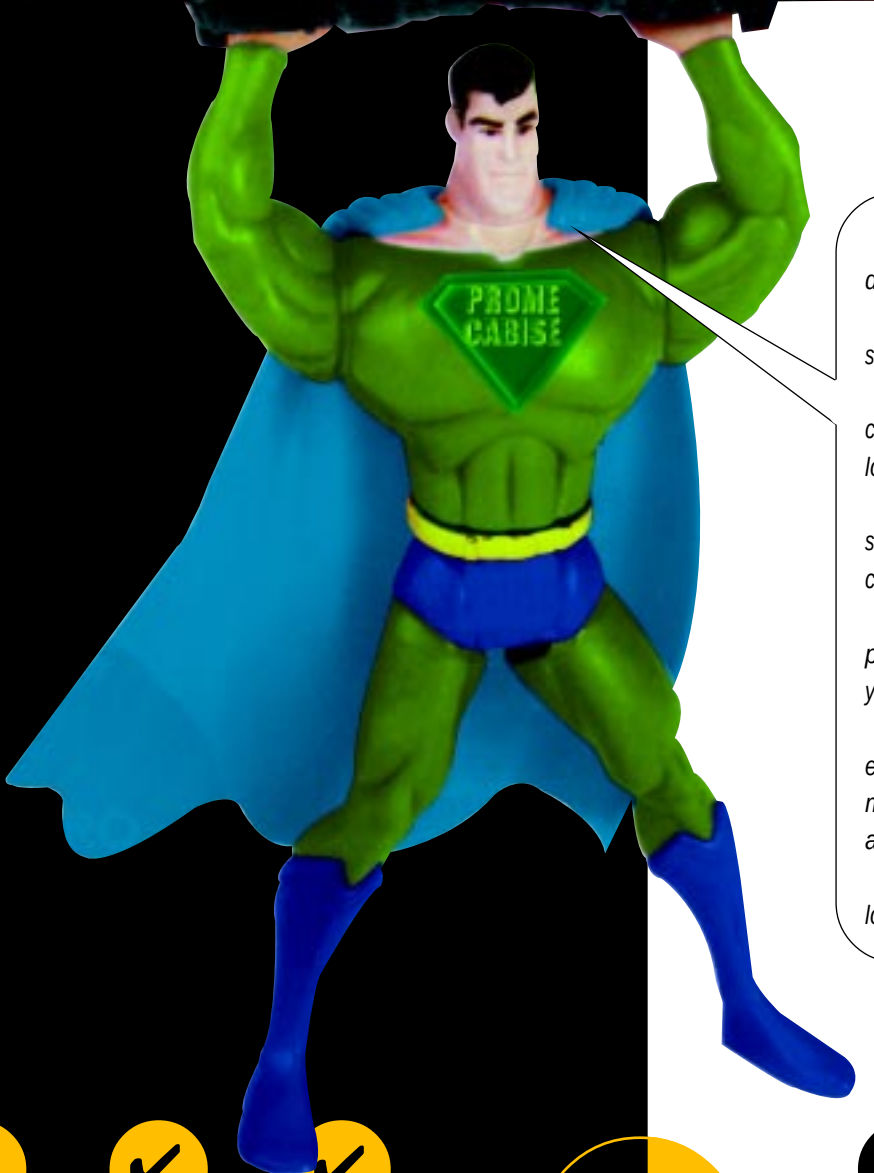
Recomendaciones

* A este producto le puede incorporar trozos de pulpa de cerdo (maciza).
* Puede agregar otros condimentos, como cebolla en polvo o un poco de comino.
* Si lo desea, guarde el queso de puerco en el recipiente que utilizó como molde.

Ingredientes alternativos

* El orégano molido se puede sustituir por una y media cucharadas cafeteras de orégano entero.
* La sal de cura se puede sustituir por la punta de una cucharada de nitrito de sodio, el cual se consigue en proveedoras para empacadoras.

Lista negra de proveedores 1999



Esta relación ha sido elaborada con objeto de apoyarlo en sus decisiones de compra.

Antes de comprar un bien o contratar un servicio consulte esta lista.

Los proveedores que aparecen a continuación fueron integrados considerando los siguientes motivos:

✔ *No asisten a las audiencias a las que son requeridos o solucionan menos del 60 por ciento de las quejas.*

✔ *No atienden el llamado de PROFECO para mejorar la calidad de los bienes y los servicios que ofrecen al consumidor.*

✔ *Reinciden en esta lista por no elevar el porcentaje de solución de las quejas por lo menos al 75 por ciento, no obstante haber aparecido en la lista publicada anteriormente.*

✔ *Utilizan técnicas de venta que lesionan los intereses del consumidor.*

Empresas localizadas en el Distrito Federal o zona conurbada

Empresa	Domicilio	% de solución menos del 60% 1999	No realizan acciones para mejorar la calidad de bienes y servicios	Proveedores reincidentes	Utilizan técnicas de venta que lesionan los intereses del consumidor
Aillau y Asociados, S.A. de C.V.	Insurgentes Sur núm. 1216 desp. 307, col. Del Valle	X			
Alejandro Salgado y/o D'Seli	Pino núm. 343-2, col. Santa Ma. la Ribera, Deleg. Cuauhtémoc	X			
Alto Diseño en Cocinas, S.A. de C.V.	Av. División del Norte núm. 623 A, col. Del Valle, C. P. 03100, Deleg. Benito Juárez				
Auto Ahorro Automotriz, S.A. de C.V.	Av. Nuevo León núm. 250, piso 5, col. Hipódromo, C. P. 06100, Deleg. Cuauhtémoc	X			
Autoconstrucción, S.A. de C.V.	Barranca del Muerto núm. 525, col. Merced Gómez, Deleg. Álvaro Obregón, C. P. 01600	X	X	X	
Bienes Raíces Progresa y/o Pedro Juárez	Hidalgo núm. 19, Centro, Tultitlán de Mariano Escobedo, Edo. de Méx.	X			
Calpan, S.A. de C.V.	Calz. de los Leones núm. 289, col. Las Águilas, Deleg. Álvaro Obregón, C. P. 01710	X			
Celular Shopping	Av. Juárez Sur núm. 233, col. Centro, Texcoco de Mora, Edo. de Méx.	X			
Closets y Diseños	Av. López Portillo km. 18.5, col. San Francisco Chilpa, Tultitlán, Edo. de Méx, C. P. 54940	X			
Closets y Puertas	Av. Centenario núm. 1938 int. D, col. Atzacoalco, C. P. 07040	X	X	X	
Cocinas, Cocinas y Algo Más	Av. 608 núm. 286, San Juan de Aragón, Deleg. Gustavo A. Madero	X			
Comunicación 2000 y/o Israel Hernández	Pablo González mzna. 10 lote 66, col. Guadalupe Tlaltenco, Deleg. Tláhuac, C. P. 13450	X			
Daniel González Vera	Antonio Sierra núm. 133, col. La Conchita, Zapotitlán, Deleg. Tláhuac, C. P. 13360	X			
Danny Velázquez Suárez	Mar del Néctar mzna. 2 lote 14, col. Selene, Deleg. Tláhuac, C. P. 13420	X			
Desarrollo Programado, S.A. de C.V.	Baja California núm. 255 desp. 501, col. Condesa, C. P. 06140, Deleg. Cuauhtémoc, México, D. F.	X			
Fernando Torres Juárez y/o carpintería sin nombre	Francisco Jiménez núm. 171, L-8, col. La Conchita, Zapotitlán, C. P. 13360, Deleg. Tláhuac	X			
Filadelfia Inmobiliaria y Constructora, S.A. de C.V.	Prolongación División del Norte núm. 4298 desp. 302, col. Prado Coapa 1ª sección, fraccionamiento Tlalpan, C. P. 14350	X			
Godel, S.A. de C.V.	Boulevard Manuel Ávila Camacho núm. 41, San Francisco Cuautlalpan, Naucalpan, Edo. de Méx.	X	X		

Empresas localizadas en el Distrito Federal o zona conurbada

Empresa	Domicilio	% de solución menos del 60% 1999	No realizan acciones para mejorar la calidad de bienes y servicios	Proveedores reincidentes	Utilizan técnicas de venta que lesionan los intereses del consumidor
- Grupo Corporativo Turístico, Desarrolladores Inmobiliarios Turísticos, S.A. de C.V. - Servicio Platinum, S.A. de C.V.	Leibnitz núm. 14 desp. 1104, col. Nueva Anzures, C. P. 11590, Deleg. Miguel Hidalgo	X	X	X	X
Intercoral, S. A. de C.V. - Desarrollos Internacionales Turísticos	Presidente Masaryk núm. 214, col. Polanco, C. P. 11570, Deleg. Miguel Hidalgo				
Grupo Satélite Construcciones, S.A. de C.V	Cóndor núm. 4, col. Arboledas, Atizapán de Zaragoza, Edo. de Méx.	X			
Guillermo Arturo Ortiz Mendoza, Prop. Delher Cocinas Marina	Marina Nacional núm. 45 local D, col. San Juanico, C. P. 11440, Deleg. Miguel Hidalgo	X			
Imagen Digital, J. C.	Tacuba núm. 86 2° piso, depto 2-B, col. Centro, área 3, Deleg. Cuauhtémoc, C. P. 06020	X			
Indeur para el Desarrollo y Bienestar, A. C.	Nicolás San Juan núm. 834 desp. 201, col. Del Valle, Deleg. Benito Juárez, C. P. 03610	X			
Inmobiliaria Came, S. A.	Lope de Vega núm. 117 piso 8, col. Chapultepec Morales, Deleg. Miguel Hidalgo, C. P. 11570	X			
Invercasa, Invercasa Comercial e Interlínea	Insurgentes Sur núm. 2388 piso 7, C. P. 01000, col. San Ángel	X			
José Luis Castillo Hernández	Av. Veracruz núm. 69 local A, Cuajimalpa, México, D. F.	X	X	X	
La Providencia y/o Rosa Reyes Benítez	San Raúl núm. 166 bis, col. Pedregal de Santa Úrsula, C. P. 04600, Deleg. Coyoacán	X			
Mueblería Imperio	Av. del Peñón mzna. 1, E-3, col. Xochilenco, Chimalhuacán, Edo. de Méx.	X			
Motores Futura 2000 (Luis Raúl Amado Román)	Isabel la Católica núm. 1058, col. Américas Unidas, C.P . 03610, Deleg. Benito Juárez, México, D. F.	X			
Operadora de Hoteles Mazatlán, S.A. de C.V. (antes Promotora Vacacional Costa Dorada, S.A. de C.V. y/o Hotelera Pacífico) Ixtapa Zihuatanejo	Capulín núm. 46 int. 506-5, col. Del Valle, Deleg. Benito Juárez, C. P. 03100	X	X		
Panteones Verticales, S.A. de C.V.	José Antonio Torres núm. 753, col. Asturias, Deleg. Cuauhtémoc, C. P. 06820	X	X		
Parques Residenciales de Aragón, S.A.	Privada de Av. México núm. 1, col. San Pedro, Cuajimalpa de Morelos, C. P. 05030	X			
Roma '52	Privada de Relox núm. 20, col. Chimalistac, San Ángel, C. P. 01070, Álvaro Obregón	X			
Tecnología Automotriz (cambia de razón social)	Barcelona núm. 3-B esq. Bucareli, col. Juárez, Deleg. Cuauhtémoc				

Empresas localizadas en el Distrito Federal o zona conurbada

Empresa	Domicilio	% de solución menos del 60% 1999	No realizan acciones para mejorar la calidad de bienes y servicios	Proveedores reincidentes	Utilizan técnicas de venta que lesionan los intereses del consumidor
Tokio Automotriz de Consulado	Río Consulado núm. 1640, col. Vallejo, C. P. 07870, Deleg. Gustavo A. Madero	X	X		
Transportes Aéreos Ejecutivos, S.A. de C.V. (TAESA)	Aviación Gral. Zona Hangares C núm. 27, col. Aeropuerto Internacional «Benito Juárez» Deleg. Venustiano Carranza, C. P. 15620	X	X		
Ubica Bienes Raíces, S.A. de C.V. y/o Corporación y Desarrollo Inmobiliario	Av. Hidalgo núm. 95, col. del Carmen, Deleg. Coyoacán, C. P. 04100	X			
Universo Automotriz	Ohio núm. 13, col. Nápoles, C. P. 03810, Deleg. Benito Juárez	X			
Vacaciones Mundiales	Prado Norte núm. 325, col. Lomas de Chapultepec, Deleg. Miguel Hidalgo, C. P. 11000	X			
Viajeros Internacionales de América, S. C.	Emerson núm. 209, col. Polanco Chapultepec, Deleg. Miguel Hidalgo	X	X	X	X
Video Juegos Memo	Av. Norte núm. 286, Juárez Pantitlán, Nezahualcóyotl, Edo. de Méx.	X			
Violeta Paola Valle Maya (Grupo Gis-Em Uniformes)	Playa Guitarrón núm. 551, Reforma Iztaccíhuatl, Iztacalco, C. P. 08810	X			
World Kitchen's y/o Hermelinda Fernández	Av. Cuauhtémoc núm. 953 A, col. Narvarte, C. P. 03100, Deleg. Benito Juárez	X			

Acapulco

Humberto Gallardo Silva	Av. López Mateos s/n, col. Centro, Acapulco, Gro.	X			
Instituto Azteca	Rioscos núm. 26, Fraccionamiento Acapulco, Gro.	X			

Aguascalientes

Anillos Gema	Hospitalidad núm. 127, col. Centro, Aguascalientes, Ags.	X			

Campeche

Ma. Eugenia Márquez Regalado	Av. Agustín Melgar núm. 1, col. Bosques de Campeche, Campeche, Camp.	X			
Rovil Inmobiliaria, S.A. de C.V.	Calle 22 s/n, col. Centro, Carmen, Campeche	X			

Cancún

Sun and Sea Escape, S.A. de C.V.	Zona Hotelera km. 11.5, C. P. 77501, Cancún, Q. Roo	X			

Cd. Juárez

Empresa	Domicilio	% de solución menos del 60% 1999	No realizan acciones para mejorar la calidad de bienes y servicios	Proveedores reincidentes	Utilizan técnicas de venta que lesionan los intereses del consumidor
Autopartes usadas y/o Jorge Guijarro	Sierra Madre Oriental núm. 6412, col. La Cuesta, Cd. Juárez, Chih.	X			
Herrería Alfa y/o Xóchil Hernández	Panamá núm. 644 Sur, col. Ex Hipódromo, Cd. Juárez, Chih.	X	X		
Jorge Hernández	Brasil núm. 1076 Nte., col. Hidalgo, Cd. Juárez, Chih.	X			
Taller Rodríguez y/o Juan Rodríguez Mendoza y/o Santos Rodríguez	Madea núm. 277, col. Anáhuac, Cd. Juárez, Chih.	X			
Transmisiones Automáticas de Juárez y/o Juan Carlos Franca y/o Arturo Franca	Cártamo núm. 9119, col. Granjero, Cd. Juárez, Chih.	X			
Transmisiones Sima	Honduras núm. 1157, col. Hidalgo, Cd. Juárez, Chih.	X			

Cd. Obregón

Carrocería Siloe	Chihuahua y Jesús García, col. Centro, Cd. Obregón, Son.	X			
Colegio Emma	Durango núm. 517 Sur, col. Centro, Cd. Obregón, Son.	X			
Rogelio Molina Limón	Calle 300 esq. Coahuila, col. Cortinas	X			
Organización de Servicios y Similares Automovilísticos (Organización OSSA)	Veracruz núm. 628 esq. Niños Héroes y Jesús García, col. Centro, Cd. Obregón, Son.	X	X	X	

Chetumal

Empresa	Domicilio	% de solución menos del 60% 1999	No realizan acciones para mejorar la calidad de bienes y servicios	Proveedores reincidentes	Utilizan técnicas de venta que lesionan los intereses del consumidor
Cecilio Tun Dzib	Isla de Cancún núm. 355, col. Martínez Ross, C. P. 77919, Chetumal, Q. Roo	X	X	X	
Henry Rivero Mezquita y/o Servicios Master	San Salvador núm. 187, col. Centro, C. P. 77000, Chetumal, Q. Roo	X			
Raymundo Chable	Ramón F. Iturbe núm. 434, col. Adolfo López Mateos, Chetumal, Q. Roo	X	X	X	
Registradoras del Caribe	Av. Belice núm. 227, col. Centro, Chetumal, Q. Roo	X			
Roberto Chi Poot	Retorno 46 mzna. 68, lote 6, col. Payo Obispo, C. P. 77083, Chetumal, Q. Roo	X	X	X	
Taller Los Tres Reyes Taller de hojalatería y pintura	Av. Francisco I. Madero núm. 280 esq. Av. Bugambilia, col. Centro, C. P. 7000, Chetumal, Q. Roo	X			

Chihuahua

Basilio Carrasco Valdéz	12 y Niños Héroes núm. 1908, col. Villa Juárez, Chihuahua, Chih.	X	X		
Marmolería Perches y Georgina Perches	Calle 16 núm. 5801, col. Dale, Chihuahua, Chih.	X	X		
Tomás Herrera Navarro	Calle 102 y Media núm. 1210, col. Cerro de la Cruz Chihuahua, Chih.	X	X		

Coatzacoalcos

C. M. A. S. de Coatzacoalcos	Revolución núm. 812, entre Bravo y Galería, col. Centro, Coatzacoalcos, Ver.	X			
Constructora y Urbanizadora ARA	Av. Universidad km. 7.5, Coatzacoalcos, Ver.	X	X		
Constructora y Urbanizadora Dock	Av. Francisco I. Madero núm. 2005, col. Puerto México, Coatzacoalcos, Ver.	X			
Foto Contino de Veracruz, S.A. de C.V. (Sucursal Coatzacoalcos)	Juárez núm. 307, col. Centro, Coatzacoalcos, Ver.	X			
Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores René Descartes	López Mateos núm. 213, col. Petrolera, Coatzacoalcos, Ver.	X			

Coatzacoalcos

(Continuación)...

Empresa	Domicilio	% de solución menos del 60% 1999	No realizan acciones para mejorar la calidad de bienes y servicios	Proveedores reincidentes	Utilizan técnicas de venta que lesionan los intereses del consumidor
Mina Gas, S.A. de C.V.	Carretera Transísmica km. 25.5, col. La Lupe, Minatitlán, Ver.	X			
Mueblería La Principal del Sureste, S.A. de C.V.	Av. Benito Juárez núm. 109, col. Centro, C. P. 96400, Coatzacoalcos, Ver.	X	X		
Muebles de Coatzacoalcos	Av. Morelos núm. 101, col. Centro, Coatzacoalcos, Ver.	X			
Oscar de la Cruz	Francisco I. Madero núm. 2005, col. Puerto México, C. P. 96510, Coatzacoalcos, Ver.	X	X	X	
Petro Gas	Carretera del Golfo núm. 180, Coatzacoalcos, Ver.	X			

Colima

Diseño y Edificaciones de Colima, S.A. de C.V.	Felipe Zadillo de León núm. 551 int. 11, col. Jardines Vista Hermosa, C. P. 28017, Colima, Col.		X		
División de Aluminio y Cristales	Maclovio Herrera núm. 455, col. Centro, Colima, Col.		X	X	
Rodamax Construcciones, S.A. de C.V.	Boulevard Camino Real núm. 730, col. El Poniente, Colima, Col.	X	X		

Cuernavaca

Grupo Electrónico Leo	Callejón Gómez Farías núm. 13, col. Centro, Cuernavaca, Mor.	X			
Mercado de Muebles Rústicos	Calle Guerrero núm. 39, col. Centro, Cuernavaca, Mor.	X			

Culiacán

Aluminio y/o Cristales Fuentes, Joaquín Fuentes Avilés	Río Churubusco núm. 986, col. Morelos, Culiacán, Sin.	X			
Instituto Técnico en Computación e Inglés	Francisco Villa núm. 202-3 Pte., col. Centro, Culiacán, Sin.	X			

Guadalajara

Empresa	Domicilio	% de solución menos del 60% 1999	No realizan acciones para mejorar la calidad de bienes y servicios	Proveedores reincidentes	Utilizan técnicas de venta que lesionan los intereses del consumidor
Auto Hogar Guadalajara	Av. Cubilete núm. 275 int. altos, col. Zapopan, Zapopan, Jal.	X	X		
Grupo Firme Plus	Av. de las Rojas núm. 545, col. Chapalita Oriente, C. P. 45040, Zapopan, Jal.	X			
María Antonieta Olvera	Retinto del Golondrino núm. 5775, Guadalajara, Jal.	X			
Sólo Futbol/Azteca 2000 Sport y/o Oscar Manuel P.	Av. Federalismo Sur núm. 318, col. Barrera, C. P. 44150, Guadalajara, Jal.	X			

Hermosillo

Miguel Estrada	Blvd. Vildosola núm. 196, col. Villa de Seris, Hermosillo, Son.	X			
Norberto García	Navojoa núm. 1197, col. Camino Real, Hermosillo, Son.	X			

Iguala

Carpintería El Fresno y/o Luis Chávez López	Melchor Ocampo núm. 62, col. Centro, C. P. 40000, Iguala, Gro.	X			
Taller de Hojalatería y Pintura Bamper	Periférico Norte (frente a Pemex), col. Centro, Iguala, Gro.	X			
Taller mecánico s/n y/o Lucio Carteño Jarillo	Carretera Iguala-Taxco, col. Benito Juárez y San José, Iguala, Gro.	X			

Irapuato

Guraco, S.A de C.V.	Blvd. Gustavo Díaz Ordaz núm. 3318, Irapuato, Gto.	X			

La Paz

Ins. Tec. en Computación e Inglés Sinaloa, S. C. (Itecom)	Revolución de 1910, entre 16 de Septiembre y Santos Degollado, col. Centro, C. P. 23000	X			

León

Century 21 Inmoventas, S.A. de C.V.	Fuego núm. 533, col. Jardines del Moral, C. P. 37000, León, Gto.	X			

Los Cabos

Armando Verduzco Soto	Colonia 4 de Marzo, frente a la cancha de la colonia Cabo San Lucas	X			
Promotora Habitacional Narváez y Asociados	Conocido Fraccionamiento Paraíso, Cabo San Lucas, B. C.	X			

Mérida

Empresa	Domicilio	% de solución menos del 60% 1999	No realizan acciones para mejorar la calidad de bienes y servicios	Proveedores reincidentes	Utilizan técnicas de venta que lesionan los intereses del consumidor
Automaya, S.A. de C.V.	Av. Aviación núm. 546, col. Centro, Mérida, Yuc.	X			
Autos Crucero Circuitos, S. de R. L.	Calle 28 núm. 143, col. García Gineres, Mérida, Yuc.	X			
Autos Soberbios, S.A. de C.V.	Calle 26 núm. 93 por 19 y 21, col. Yucatán, Mérida, Yuc.	X	X	X	
Casa Musical de Mérida, S.A. de C.V.	Playa 58 núm. 563 por 73, col. Centro, C. P. 97000 Mérida, Yuc.	X			
Constructora Valcosa, S.A. de C.V.	Calle 41 núm. 556-C, col. Centro, Mérida, Yuc.	X			

Mexicali

Compucentro y/o Silvia Prieto	Antonio de Mendoza núm. 745, col. Prohogar, Mexicali, B. C.	X	X	X	
Comisiones y Representaciones Muñoz	Av. Abey núm. 208, col. Robledo, Mexicali, B. C.	X			
Inmobiliaria y Fraccionadora Cadena, S. A de C.V.	Centro Comercial Gigante local 1, Boulevard Benito Juárez, Fracc. Jardines del Valle, Mexicali, B.C.	X			
Precisión Mecánica Automotriz, S.A.de C.V.	Francisco L. Montejo núm. 1495, Fracc. Jardines del Valle, Mexicali, B. C.	X			
Taller El Rápido	Blvd. Lázaro Cárdenas y Ceylán núm. 2598, col. Granja, Mexicali, B. C.	X			

Monterrey

Empresa	Domicilio	% de solución menos del 60% 1999	No realizan acciones para mejorar la calidad de bienes y servicios	Proveedores reincidentes	Utilizan técnicas de venta que lesionan los intereses del consumidor
Closets y Cocinas y/o Marcela Cerda Osorio	Luis Pasteur núm. 120, Residencial Los Robles, Apodaca, N. L.	X			
Compra y venta de autos La Lupita	Calle Benito Juárez núm. 102 esq. Zaragoza, col. Centro de Guadalupe, C. P. 67100, Guadalupe, N. L.	X	X	X	
Construcciones Servicios Especializados	Mar de Plata núm. 2005, col. Residencial España, Monterrey, N. L.	X			
Francisco Rivera Gallegos y/o Taller de servicio doméstico, mantenimiento y reparación	Truchas núm. 8937, col. San Bernabé, Monterrey, N. L.	X			
Imper Plásticas	Ruiz Cortines núm. 107, col. La Esperanza	X			
Muebles Finos Jireh	Sinaloa núm. 1420, col. Nueva Independencia, Monterrey, N. L.	X			

Morelia

Mercado de Pulgas	Centro Comercial Capuchinas locales 34 y 35, col. Centro, C. P. 58000, Morelia, Mich.	X			

Oaxaca

Alfonso Carlos Cruz López y/o Asesoría Computacional	Gui Gui núm. 413-10 1C, col. Álamos, Fracc. Oaxaca, C. P. 68036	X			
Astro Oaxaca, S.A de C.V.	Héroes de Chapultepec núm. 125, col. Centro, C. P. 68000, Oaxaca, Oax.	X			
Auto Escuela de Manejo Oaxaca	Blvd. Eduardo Vasconcelos núm. 101, col. Centro, Oaxaca, Oax.	X			
Autos Mexicanos, S.A de C.V.	Calzada Madero núm. 1008, col. Centro, C. P. 68000, Oaxaca, Oax.	X			
Casas GEO Oaxaca	Matamoros núm. 503, col. Centro, C. P. 68000, Oaxaca, Oax.	X			
COMPUSER	Sabinos núm. 526, col. Reforma, C. P. 68050, Oaxaca, Oax.	X			
Cocinas Integrales Delfer	González Ortega núm. 620, col. Centro, C. P. 68000, Oaxaca Oax.	X			
Electrónica Sonytel	Amapolas núm. 619, col. Reforma, C. P. 68050, Oaxaca, Oax.	X			

Oaxaca

(Continuación)...

Empresa	Domicilio	% de solución menos del 60% 1999	No realizan acciones para mejorar la calidad de bienes y servicios	Proveedores reincidentes	Utilizan técnicas de venta que lesionan los intereses del consumidor
Fanny Guzmán Cruz	Mixtecas núm. 124, San Martín Mexicapan, Oaxaca, Oax.	X			
Francistop, S. de R. L. de C.V.	Húsares núm. 207, col. Centro, C. P. 68000, Oaxaca, Oax.	X			
Gas Milenium	Privada de Gardenias núm. 122, col. Reforma, C. P. 68050, Oaxaca, Oax.	X			
Instituto de Vivienda del Estado	Plazuela Vicente Guerrero núm. 107, col. Centro, C. P. 68000, Oaxaca, Oax.	X			
Instructor de Vehículo y de Moto	Calz. Madero núm. 320 int. C, col. Centro, C. P. 68000, Oaxaca, Oax.	X			
Irafelco	Murguía núm. 512, col. Centro, C. P. 68000, Oaxaca, Oax.	X			
Mueblería Delfer	Av. Hidalgo núm. 104, col. Centro, C. P. 68000, Oaxaca, Oax.	X			
Mueblería Nueva, S.A. de C.V.	Vigil núm. 305, col. Centro, C. P. 68000, Oaxaca, Oax.	X			
Muebles rústicos en madera, forja y accesorios	Km. 5 carretera internacional s/n, San Sebastián Tutla, C. P. 71246, Oaxaca, Oax.	X			
Promotora y Urbanizadora del Noroeste, S.A. de C.V.	Huerto de las Flores núm. 100, col. Trinidad de Las Huertas, C. P. 68120, Oaxaca, Oax.	X			
Santillán Ruiz Ma. Isabel	Calz. Madero núm. 321, col. Centro, C. P. 68000, Oaxaca, Oax.	X			

Pachuca

Adauto de Hidalgo, S.A. de C.V.	Leandro Valle núm. 15, Tula de Allende, col. Centro, C. P. 42800, Pachuca, Hgo.	X			

Puebla

GEO Puebla, S.A. de C.V.	Boulevard Atlixco núm. 602, col. La Paz, C. P. 72160, Puebla, Pue.	X			
Promotora para el Bienestar Magisterial, A. C.	Calle 1ª Boulevard México núm. 1, col. Bosques de San Sebastián, C. P. 72310, Puebla, Pue.	X			

Puerto Vallarta

Empresa	Domicilio	% de solución menos del 60% 1999	No realizan acciones para mejorar la calidad de bienes y servicios	Proveedores reincidentes	Utilizan técnicas de venta que lesionan los intereses del consumidor
José Arturo Arreola Siordia	Francisco Medina Ascencio núm. 2490, Zona Hotelera, Puerto Vallarta, Jal.	X			
Luis Antonio Ramírez Meza	Lázaro Cárdenas núm. 1009, col. Villa de Guadalupe, Puerto Vallarta, Jal.	X			
Seapal Vallarta	Francisco Villa s/n, col. Lázaro Cárdenas, Puerto Vallarta, Jal.	X	X	X	

Querétaro

Brillants, S.A. de C.V.	Boulevard Bernardo Quintanilla núm. 157, col. Loma Dorada, Querétaro, Qro.	X			
Cecsa de Querétaro, S.A. de C.V.	Ejército Republicano núm. 119-2º piso, col. Carretas, Querétaro, Qro.	X	X		
Compañía Comercial Curacao de México	Zaragoza Pte. núm. 14, col. Centro, Querétaro, Qro.	X			
Construcciones Araiza, S.A. de C.V.	Fray Juan de San Miguel núm. 40, col. Cimatario, Querétaro, Qro.	X			
Constructora Gaor	Zaragoza núm. 280 pte., Centro, Querétaro, Qro.	X			
Grupo Constructora Abdi, S.A. de C.V.	Ejército Republicano núm. 139 int. 2, col. Carretas, Quéretaro, Qro.	X			
Habitem y/o Impulsora Integral Mobiliaria	Ignacio Pérez sur núm. 28, col. Centro, Querétaro, Qro.	X			
Proveedora Hernández, S.A. de C.V.	Química núm. 44, col. Obrera, Querétaro, Qro.	X			
Pro Asesores Inmobiliarios	Universidad núm. 190, col. Centro, Querétaro, Qro.	X			

Saltillo

José Amaro Alfaro (taller de aparatos electrónicos)	Arteaga y Márquez, col. Centro, Saltillo, Coah.	X			
Pedro Rodríguez Flores (tapicero)	Río Pánuco núm. 2246, González Cepeda, Saltillo, Coah.	X			
Ricardo Santana (venta de computadoras)	Brasil núm. 249, col. 26 de Marzo, Saltillo, Coah.	X			

San Luis Potosí

Artesanías Mexicanas y/o Ernesto Morales	Av. Kukulkán núm. 175-A Retorno, San Luis Potosí	X			
Consorcio Maova	Uresti núm. 220, col. Centro, San Luis Potosí	X			
Telefonía Celular Higth	Venustiano Carranza núm. 1483, P. B., San Luis Potosí	X			

Tampico

Empresa	Domicilio	% de solución menos del 60% 1999	No realizan acciones para mejorar la calidad de bienes y servicios	Proveedores reincidentes	Utilizan técnicas de venta que lesionan los intereses del consumidor
Alain Mr. Puertas y/o Regino Zavala	Boulevard López Mateos núm. 2803, C. P. 89050, Tampico, Tamps.	X			
Oscar Turín Mendoza	Av. Monterrey núm. 406, C. P. 89510, Madero, Tamps.	X			

Tijuana

Constructora Leo, S.A. de C.V.	Av. Venustiano Carranza núm. 2404 int. 5, col. Otay Constituyentes, C. P. 22510, Tijuana, B. C.	X	X	X	
Gran Hotel Tijuana	Boulevard Agua Caliente núm. 4558 int. 106-C, col. Aviación, C. P. 22420, Tijuana, B. C.	X			
Herrería Jr. Pablo Hernández	Vicente Guerrero núm. 88078, Mariano Matamoros, Tijuana, B. C.	X			
Madererría y Constructora de Casas Moreno	Calz. Guaycura núm. 19950, Fracc. Guaycura, Tijuana, B. C.	X	X	X	
Servicio Benítez Roberto Benítez	Soledad Orozco núm. 6741, col. del Río, Tijuana, B. C.	X			
Salón Social del Alba Lourdes Alba	José G. núm. 1209, Zona Río, Tijuana, B. C.	X			
Transmisiones Automáticas Lara y/o Jesús Lara	Blvd. Díaz Ordaz núm. 1501, Jardines de la Mesa, Tijuana, B. C.	X			
TV Electronics	Aquiles Serdán núm. 10816, col. Libertad, Tijuana, B. C.	X			
U. S. Concrete Block Co., S. R. L. de C.V.	Km 22.1 carretera a Tecate s/n, col. El Florido, Tijuana, B. C.	X			

Tlaxcala

GRUCOVI	Av. Juárez núm. 58-1, col. Centro, Tlaxcala, Tlax.	X	X	X	
Zenón Alfredo Varela Huelcas	Xicoténcatl núm. 1506 int. 2, col. Centro, Apizaco, Tlaxcala, Tlax.	X			

Torreón

Acabados Finos de La Laguna	Ávila Camacho núm. 3800 Pte., C. P. 27000, Torreón, Coah.		X		
Desarrollo Inmobiliario Integral del Noroeste	Blvd. Diagonal Reforma núm. 2846, C. P. 2700, Torreón, Coah.	X			

Tuxpan

Industrias Máximo, S.A. de C.V.	Juárez núm. 44 int. 3, C. P. 92800, Zona Centro, Tuxpan, Ver.	X			

Tuxtla Gutiérrez

Empresa	Domicilio	% de solución menos del 60% 1999	No realizan acciones para mejorar la calidad de bienes y servicios	Proveedores reincidentes	Utilizan técnicas de venta que lesionan los intereses del consumidor
Computodo de Chiapas, S.A. de C.V.	3a. Oriente Sur núm. 20-A, col. Centro, C. P. 29000, Tuxtla Gutiérrez, Chis.	X			
Electrónica Especializada del Sureste, S.A. de C.V.	10 Poniente Sur núm. 133-A, col. Centro, C. P. 29000, Tuxtla Gutiérrez, Chis.	X			
Inmobiliaria y Constructora NA, S.A. de C.V.	1ª Norte y 10ª Poniente núm. 1071, col. Centro, C. P. 29000, Tuxtla Gutiérrez, Chis.	X			

Veracruz

Un Mundo de Madera	Alacio Pérez núm. 1472, col. Centro, C. P. 91700, Veracruz, Ver.	X			

Villahermosa

Alfacel Celplus C. Antonio Arenas Ceballos	Zaragoza núm. 803, col. Centro, Villahermosa, Tab.	X			

Xalapa

Grupo Asia, S.A. de C.V. o Grupo Constructora, S.A. de C.V.	Álvaro Obregón núm. 4, col. Guadalupe Rodríguez, C. P. 91050, Xalapa, Ver.	X			
Grupo Inmobiliario del Estado de Veracruz, S.A. de C.V.	Justo Sierra núm. 32, Zona Centro, C. P. 91000, Xalapa, Ver.	X			
Juan Manuel Trillo López	Costa Rica núm. 70, Xalapa, Ver.	X			
José Aragón López	Manuel Gutiérrez Nájera núm. 12, Zona Centro, C. P. 91500, Coatepec, Ver.	X			
Maxcell Internacional, S.A. de C.V.	1ª de Miguel Lerdo núm. 18, Xalapa, Ver.	X			
Taller de Carpintería Alberto Ortega Lozano	Úrsulo Galván núm. 121 A, Zona Centro, C. P. 91000, Xalapa, Ver.	X	X		

Zacatecas

Tintorería D'Etiqueta	Centro Comercial Soriana local 2, Zacatecas, Zac.	X			

Programa de mejoramiento de la calidad de bienes y servicios (Promecabise)
Proveedores con mayor número de quejas/Comportamiento comercial

Proveedor	Quejas ingresadas Quejas resueltas % de solución (antes de participar en el Promecabise)	Quejas ingresadas Quejas resueltas % de solución 1999 (después de participar en el Promecabise)	Diferencias en el número de quejas y porcentaje de solución alcanzados con el Promecabise	Número de consumidores atendidos en 1999	Núm. de quejas recibidas ante PROFECO por cada 100 consumidores atendidos por la empresa
Agua potable y alcantarillado	**1995** **Q.I.** 4,895 **Q.R.** 3,294 **% de sol.** 67.29	**Q.I.** 2,516 **Q.R.** 2,406 **% de sol.** 95.62	-2,379 quejas +28.33%	Rbos. Emts. 19,361,472 (viviendas que disponen de agua potable)	.12
Alestra, S. de R. L. de C.V.	**1997** **Q.I**. 1,161 **Q.R.** 670 **% de sol.** 57.71	**Q.I.** 5,324 **Q.R.** 5,026 **% de sol.** 94.40	+4,163 quejas +36.69%	Usuarios: 800,000 Rbos. Emts. 9,600,0000	6.6 .55
Autobuses Estrella Blanca, S.A. de C.V.	**1996** **Q.I.** 349 **Q.R.** 192 **% de sol.** 55.01	**Q.I.** 421 **Q.R.** 367 **% de sol.** 87.17	+72 quejas +36.18%	Bltos. Emts. 5,040,600	.088
Avantel, S.A.	**1997** **Q.I.** 1,270 **Q.R.** 751 **% de sol.** 59.13	**Q.I.** 219 **Q.R.** 1,828 **% de sol.** 95.31	+28 quejas +36.18%	Usuarios: 930,452 Rbos. Emts. 11,165,424	2.06 .17
Cablevisión, S.A. de C.V.	**1996** **Q.I.** 191 **Q.R.** 34 **% de sol.** 17.80	**Q.I.** 219 **Q.R.** 1,828 **% de sol.** 91.32	+28 quejas +36.18%	Usuarios: 392,239 Rbos. Emts. 11,165,424	.55 .17
California Net, S. A. de C.V.	**1996** **Q.I.** 1,011 **Q.R.** 985 **% de sol.** 97.42	**Q.I.** 2,721 **Q.R.** 2,310 **% de sol.** 84.89	+1,710 -12.53%	No proporcionó a tiempo las cifras	
Centros de Descuento Viana	**1996** **Q.I.** 118 **Q.R.** 31 **% de sol.** 26.27	**Q.I.** 307 **Q.R.** 280 **% de sol.** 91.21	+189 quejas +64.94%	Facts. Emts. 290,380	1.05
Comisión Federal de Electricidad	**1995** **Q.I.** 20,368 **Q.R.** 577 **% de sol.** 72.07	**Q.I.** 18,820 **Q.R.** 2,680 **% de sol.** 92.07	-1,548 quejas +20%	Usuarios: 17,863,061 Rbos. Emts. 109,341,468	1.05 .19
Elektra, S.A. de C.V.	**1995** **Q.I.** 1,045 **Q.R.** 577 **% de sol.** 80.56	**Q.I.** 2,921 **Q.R.** 2,680 **% de de sol.** 94.74	+1,876 quejas +36.54%	Facts. Emts. 1,420,000	.54
Iusacell, S.A. de C.V.	**1996** **Q.I.** 247 **Q.R.** 73 **% de sol.** 29.55	**Q.I.** 985 **Q.R.** 802 **% de sol.** 81.42	+738 quejas +51.87%	Usuarios: 1,189,426 Facts. Emts. 5,200,000	.82 .18
Luz y Fuerza del Centro	**1995** **Q.I.** 1,975 **Q.R.** 990 **% de sol.** 50.12	**Q.I.** 3,931 **Q.R.** 3,534 **% de sol.** 89.90	+1,956 quejas +39.78%	Usuarios: 6,000,000 Rbos. Emts.	.65 .081
Radio Móvil Dipsa, S.A. de C.V. (Telcel)	**1995** **Q.I.** 333 **Q.R.** 125 **% de sol.** 37.53	**Q.I.** 2,343 **Q.R.** 2,016 **% de sol.** 86.04	+2.010 quejas 48.51%	Usuarios: 5,271,957 Facts. Emts. 63,263,484	.44 .037
Salinas y Rocha, S. A de C.V.	**1995** **Q.I.** 643 **Q.R.** 471 **% de sol.** 73.25	**Q.I.** 496 **Q.R.** 475 **% de sol.** 95.77	-149 quejas +22.52%	Facts. Emts. 895,000	.55
Sears Roebuck de México S.A. de C.V.	**1995** **Q.I.** 936 **Q.R.** 458 **% de sol.** 48.93	**Q.I.** 675 **Q.R.** 603 **% de sol.** 89.33	-261 quejas	Facts. Emts. 1,910,184	.35
Teléfonos de México S.A.de C.V.	**1996** **Q.I.** 35,667 **Q.R.** 28,681 **% de sol.** 80.41	**Q.I.** 15,238 **Q.R.** 14,441 **% de sol.** 94.77	-20,429 quejas +14.36%	Usuarios: 10,444,000 Rbos. Emts. 211,675,232	1.4 1.6
Total:	**Q.I.** 70.912 **Q.R.** 52,431 **% de sol.** 73.93	**Q.I.** 60,170 **Q.R.** 55,558 **% de sol.** 92.31	-+18.84%	**Usuarios: 42,891,135** **Rbos. Emts. 211,675,232** **Facts. Emts. 76,191,935** **Bltos. Emts. 5,040,600**	**1.4** **.22** **.016** **.083**

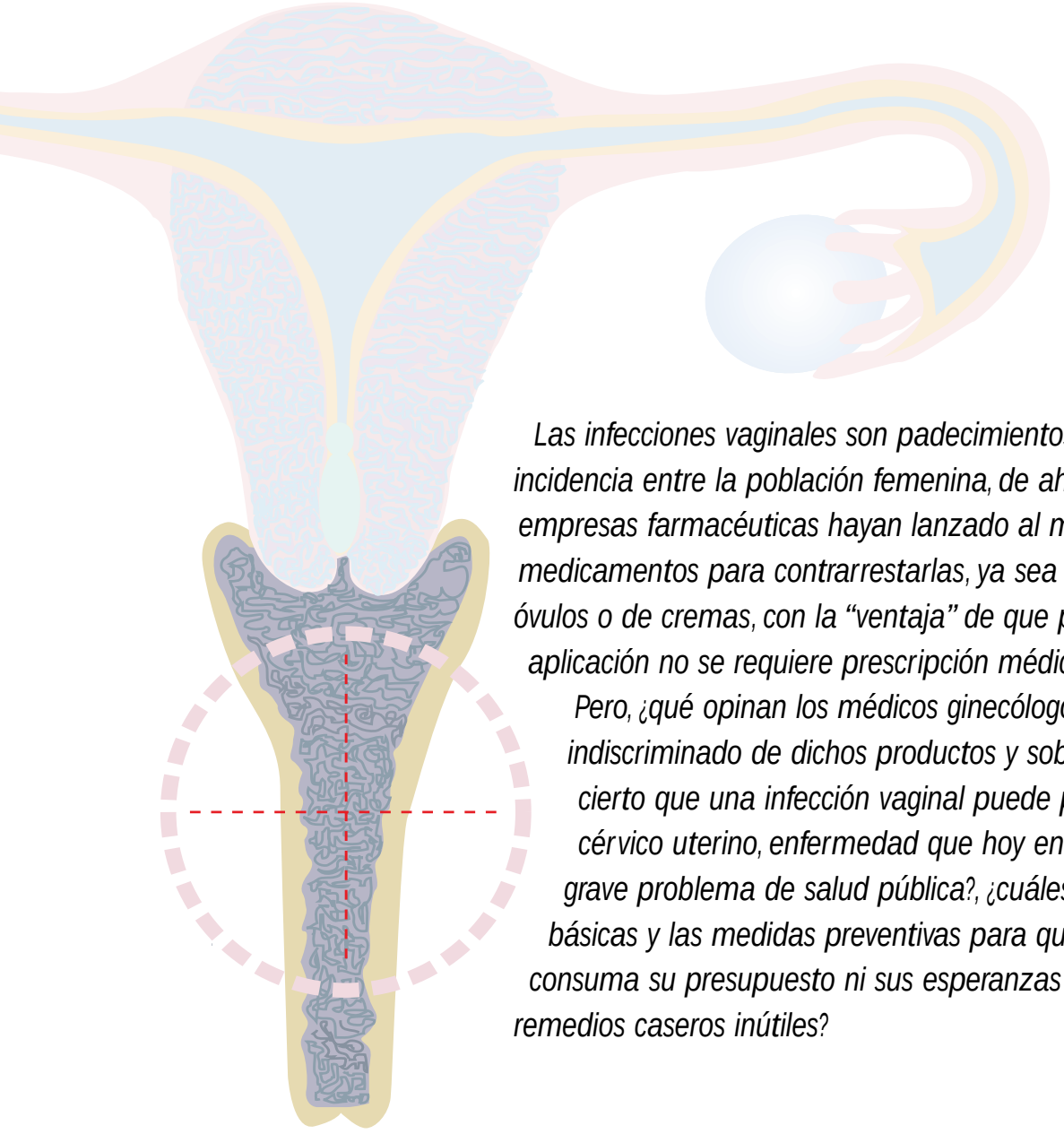
*Estas cantidades se obtuvieron al dividir el número de quejas entre el número de operaciones que se realizan en cada rubro.

Claves: **Q.I.** Quejas Ingresadas **Q.R.** Quejas Resueltas **% de sol.** Porcentaje de solución

Rbos. Emts. Recibos Emitidos **Facts. Emts.** Facturas Emitidas **Bltos. Emts.** Boletos Emitidos

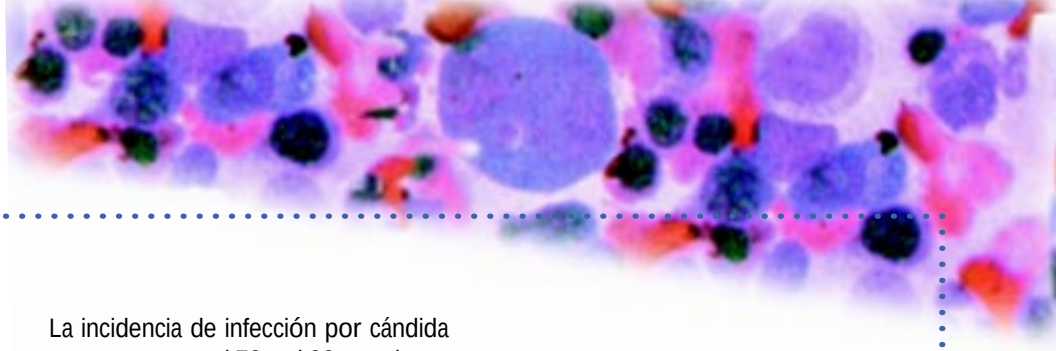
Infecciones vaginales

¿En qué gasta para combatirlas?



Las infecciones vaginales son padecimientos con un alto grado de incidencia entre la población femenina, de ahí que algunas empresas farmacéuticas hayan lanzado al mercado medicamentos para contrarrestarlas, ya sea en presentación de óvulos o de cremas, con la "ventaja" de que para su compra y aplicación no se requiere prescripción médica.

Pero, ¿qué opinan los médicos ginecólogos acerca del uso indiscriminado de dichos productos y sobre su efectividad?, ¿es cierto que una infección vaginal puede provocar cáncer cérvico uterino, enfermedad que hoy en día representa un grave problema de salud pública?, ¿cuáles son las precauciones básicas y las medidas preventivas para que una mujer no consuma su presupuesto ni sus esperanzas en medicamentos y/o remedios caseros inútiles?



Diferentes infecciones

La infección vaginal es, en términos generales, **una enfermedad** que en la mayoría de los casos **se debe a un desequilibrio en el ecosistema vaginal, es decir, a la falta o disminución de lactobacilos,** que son bacterias que protegen a la vagina, aunque también puede adquirirse por contagio; cabe añadir que las infecciones vaginales pueden producirse por hongos, bacterias, parásitos o virus**.**

El doctor Gerardo Casanova Román, coordinador de la Clínica de Enfermedades de Transmisión Sexual del Instituto Nacional de Perinatología, explica cuáles son las infecciones vaginales más comunes en orden de frecuencia:

Candidiasis vulvovaginal: es una infección causada por un hongo. Cuando se presentan ciertas condiciones que favorecen la multiplicación de este hongo sobrevienen síntomas como irritación intensa, flujo blanco grumoso, comezón y dolor al tener relaciones sexuales. Los factores que pueden fomentar el crecimiento de este hongo son la administración de antibióticos de amplio espectro, el uso de ropa interior de material sintético, las duchas vaginales, el estrés, la obesidad y la diabetes, entre otros.

La incidencia de infección por cándida se presenta entre el 70 y el 90 por ciento de las mujeres mexicanas.

Vaginosis bacteriana: la padecen entre el 25 y el 40 por ciento de las mujeres en nuestro país. Este tipo de infección es producida por bacterias; se manifiesta con un flujo lechoso abundante y de olor desagradable, el cual obedece a un desequilibro en la flora vaginal. Su aparición es consecuencia de una automedicación frecuente con antibióticos de amplio espectro, empleo de duchas vaginales o promiscuidad de la mujer o de su compañero sexual.

Condilomatosis: son verrugas que brotan en la zona genital provocadas por un virus llamado papiloma humano, el cual no se puede erradicar: aunque el médico elimine las verrugas, la paciente siempre tendrá el virus en forma latente. Este tipo de infección se relaciona estrechamente con el cáncer del cuello de la matriz y la padecen entre un 25 y un 35 por ciento de las mujeres mexicanas.

Clamidia: la produce una bacteria que está altamente relacionada con la esterilidad. Esta bacteria ocasiona obstrucción en las trompas de Falopio u oviductos; en la cavidad abdominal produce distensión y dolor, síntomas que se denominan "enfermedad inflamatoria pélvica".

Micoplasmas: los síntomas de esta infección son parecidos a la clamidia. Es frecuente que cuando se presenta una vaginosis bacteriana exista la presencia de micoplasmas.

Tricomoniasis: es un parásito móvil que provoca gran irritación en la vagina y un flujo amarillo o verdoso de olor desagradable. No tiene una alta incidencia, pero cuando se presenta indica que la mujer tiene una alta promiscuidad. Generalmente, ante este tipo de infección el médico busca la presencia de papiloma humano, virus del Sida o de hepatitis B, clamidia o micoplasmas.

Infecciones mixtas: es común que la paciente presente simultáneamente dos o tres tipos de infecciones. Esta situación es más frecuente entre las adolescentes y su gravedad radica en que incrementa el riesgo de esterilidad.

¿Qué ofrece el mercado?

Actualmente varias empresas farmacéuticas promueven óvulos, comprimidos y cremas vaginales auxiliares en el tratamiento de la candidiasis.

El doctor Miguel Sánchez García, director médico de la División Consumer Care de la empresa Bayer de México, explica que "de ser un producto que se comercializaba bajo prescripción médica se convirtió en un fármaco de automedicación responsable. México está viviendo un proceso en el cual están proliferando los medicamentos de fácil acceso, que no requieren una consulta previa con el médico".

Por ejemplo, el producto denominado **Canesten V** -elaborado a partir de una sustancia activa llamada clotimazol- se encuentra desde hace varios años en el mercado de los medicamentos de venta libre. Otro fármaco similar es **Gyno Daktarin**, que se elabora a partir de la sustancia activa denominada miconazol.

El doctor Casanova Román indica que estos medicamentos son excelentes para combatir sólo la candidiasis, pero advierte que no son adecuados para cualquier tipo de infección vaginal.

Acerca de la efectividad e inocuidad de estos fármacos, el doctor Martín Muñoz Ramírez, socio del Consejo Mexicano de Ginecología y Obstetricia y miembro de la Asociación Mexicana de Ginecología y Obstetricia, opina: "Los productos mencionados no son malos; son casi inofensivos para la mucosa vaginal y para los tejidos. Aunque su aplicación es noble en el sentido de que no dañan, si el patógeno o agente causal no es sensible al medicamento, no se va a producir ninguna mejoría, por lo que es preciso aclarar que no todas las infecciones deben tratarse con dichos productos".

Los laboratorios fabricantes de estos fármacos señalan que su uso se recomienda ante el siguiente cuadro: comezón, flujo amarillento o blanco, ardor, mal olor, enrojecimiento e inflamación de los genitales externos, dolor ocasional al orinar y al tener relaciones sexuales.

Asimismo indican que **es muy importante considerar las siguientes precauciones**:

-No usar los productos mencionados si el flujo vaginal es diferente al que se describe como síntoma de la candidiasis o no se presentan los síntomas señalados.

-Suspender el tratamiento si hay fiebre, náusea, vómito, diarrea o dolor en la parte baja del abdomen.

-No usarse en menores de 12 años, es indispensable consultar previamente al médico.

-Evitar las relaciones sexuales durante el tratamiento para permitir que el fármaco erradique el hongo.

-Si durante el tratamiento sobreviene el periodo menstrual no se deben usar tampones, sólo toallas sanitarias.

-No aplicarse si ha padecido cuatro o más infecciones vaginales en el último año y aún no ha consultado al médico.

-Si los síntomas persisten dentro de los cuatro días siguientes es necesario consultar al ginecólogo.

-Se recomienda tratar simultáneamente a la pareja sexual para evitar que se presente de nuevo la infección.

-Los comprimidos vaginales no deben ser ingeridos, su vía de administración es sólo vaginal.

-Devuelva el medicamento si el sello de la caja ha sido abierto, si la protección de plástico de los óvulos está rota, o si la protección de aluminio del tubo de crema ha sido perforada.

-Ninguno de estos fármacos funciona como anticonceptivo.

En sus manos está la posibilidad de cuidar su salud: haga un uso adecuado y responsable de este tipo de productos y si tiene dudas consulte a su médico, él le brindará la mejor recomendación.

¡Prevenir es la solución!

Las infecciones vaginales pueden prevenirse; le sugerimos tomar nota de las siguientes recomendaciones prácticas que nos ofrecen los médicos entrevistados:

-La regla más importante para prevenir las enfermedades de transmisión sexual es la higiene.

-Utilizar duchas vaginales con frecuencia disminuye la cantidad de lactobacilos y la vagina queda sin protección, lo que promueve la presencia de la candidiasis y la vaginosis bacteriana. Asimismo, el líquido de las duchas penetra en las cavidades más pequeñas -como la matriz y las trompas de Falopio- provocando su contaminación.

-Las prendas de vestir idóneas para evitar infecciones vaginales son el vestido y la falda, ya que permiten la ventilación. No se recomienda el uso de pantalones de mezclilla, ya que ocasionan infecciones vaginales como la candidiasis porque no permiten la ventilación.

-La ropa interior debe ser de algodón; no es conveniente la de materiales sintéticos (por ejemplo nylon).

-En el aseo de los genitales debe usarse jabón neutro -de avena y/o de glicerina- en lugar del perfumado. No coloque la pastilla de jabón directamente en los genitales -únicamente utilice la espuma- porque irrita la mucosa y favorece la entrada de la cándida u otros microbios.

-El área genital debe secarse perfectamente, sin tallar sino sólo presionando con la toalla.

-Mantenga una dieta equilibrada baja en azúcares y harinas.

-Nunca use ropa interior de otra persona.

-Recuerde que un método seguro para evitar cualquier tipo de infección es utilizar condón cada vez tenga relaciones sexuales -de preferencia uno que contenga bactericida.

Si usted tiene alguna inconformidad en la prestación de servicios médicos públicos o privados puede acudir a la Comisión Nacional de Arbitraje Médico (Conamed), ubicada en Mitla núm. 250, esquina Eugenia, colonia Narvarte, C. P. 03020, México, D. F., o bien, puede comunicarse a los teléfonos 54-20-70-06 al 71-03. Del interior del país llame sin costo al 01-800-711-06-58. Para obtener más información a través de Internet consulte la dirección http://www.conamed.gob.mx.

Graciela Muñoz

Fuentes: -Instituto Nacional de Perinatología.
-Consejo Mexicano de Ginecología y Obstetricia.
-Bayer de México, S.A. de C.V.
-Gyno Daktarin.

El nopal ayuda a curar la diabetes

Falso. Ni el nopal, ni ninguna otra sustancia conocida hasta ahora cura la diabetes. Incluso la insulina solamente cumple la función de controlar el padecimiento mas no lo cura. El efecto que tiene el nopal en el organismo es que impide o disminuye la absorción de los azúcares, gracias a su contenido de fibra, que en el intestino atrapa moléculas de azúcar que posteriormente se eliminan en las heces fecales, por consiguiente ayuda a controlar la presencia de azúcar en la sangre.

Mitos y realidades del Nopal

El nopal es bueno para bajar de peso

Verdadero. La fibra que contiene el nopal se distiende en el tracto gastrointestinal causando una sensación de plenitud, por lo que la necesidad de ingerir más alimentos disminuye, lo cual favorece el control del peso. Además, la fibra reduce la permanencia y, por lo tanto, la absorción de los alimentos en el intestino delgado. La fibra del nopal también atrapa algunas moléculas de azúcar, grasa y colesterol, impidiendo que el organismo las absorba. Cabe mencionar que un exceso de fibra tampoco es saludable porque impide la absorción de ciertas cantidades de calcio, hierro y fósforo.

El nopal es un laxante eficaz

Verdadero. El contenido de fibra proveniente de esta verdura ayuda a mantener el buen funcionamiento del intestino, evitando el estreñimiento al estimular los movimientos peristálticos (intestinales). No existe una recomendación definitiva para el consumo de fibra, pero se estima que el consumo promedio debe ser de 25 gramos diarios aproximadamente, o bien, un aporte mínimo del 1 por ciento sobre la ingesta calórica, por ejemplo, para una dieta de 2 mil kilocalorías es necesario un consumo de 20 gramos de fibra diariamente. Un nopal grande, de 100 g aproximadamente, contiene 3.5 g de fibra. La fibra absorbe y retiene el agua, aumentando el volumen fecal y acelerando el tránsito intestinal. Si el consumo de fibra es abundante y no se acompaña de agua en cantidad suficiente puede sobrevenir un problema de estreñimiento.

Fuente: Unidad de Alimentación y Nutrición, Dirección de Educación para el Consumo, PROFECO, con base en el Diccionario de Alimentos Saludables, de Möller Erwin, Editorial Grijalbo; y Cuadernos de Nutrición, volumen 13, N.1, 1990 y volumen 12, N.1, 1998.

Lámparas ahorradoras de energía

Con el objetivo de darle a conocer la variedad, características, calidad y precio de las lámparas fluorescentes compactas que se comercializan en el mercado, los especialistas del Laboratorio de Pruebas de PROFECO analizaron 27 modelos de las marcas Philips, Osram, General Electric y American Power Products.

Con la aparición de nuevas tecnologías en las diferentes ramas de la industria, los investigadores han desarrollado productos novedosos y cada vez más eficientes. En el caso de la iluminación se han creado artículos que proporcionan mayor rendimiento y eficacia luminosa: las lámparas fluorescentes ahorradoras de energía.

Debido a la cultura de ahorro de energía que a nivel mundial se está implementando, el uso de lámparas fluorescentes compactas es cada día más aceptado.

Pruebas aplicadas

Las normas de referencia que se utilizaron para realizar el presente estudio fueron:

- MX-J-295. Lámparas fluorescentes- métodos de prueba y especificaciones.
- ANSI C78.5-1997. Especificaciones para el desempeño de lámparas fluorescentes compactas autobalastradas.
- IES LM-66-1991. Método aprobado para las mediciones eléctricas y fotométricas de lámparas fluorescentes compactas.
- NOM-024-SCFI-1998. Información comercial para empaques, instructivo y garantía de los productos electrónicos, eléctricos y electrodomésticos.
- NOM-008-SCFI-1993. Sistema General de Unidades de Medida.

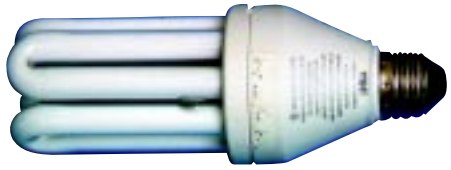
Para determinar la calidad de las lámparas analizadas se aplicaron las siguientes pruebas:

Recomendaciones de compra

- Antes de adquirir una lámpara ahorradora de energía es importante considerar el tamaño del área a iluminar, para elegir el modelo con la potencia apropiada.
- Se sugiere adquirir este tipo de lámparas en tiendas de autoservicio o especializadas, con el fin de verificar dentro del establecimiento la correcta operación del producto.
- Prefiera las lámparas ahorradoras de energía de marcas reconocidas y que ostenten el sello NOM. Evite adquirir productos de origen dudoso.
- Asegúrese de que no presente principios de oxidación en el casquillo, además verifique que el ensamble bombilla-casquillo se encuentre firme (no debe existir movimiento alguno entre ambos) y que el casquillo no tenga exceso de soldadura.

Recomendaciones de uso

- Si requiere almacenar una lámpara ahorradora de energía colóquela en un lugar seco y alejado del alcance de los niños para evitar algún accidente.
- Al colocarla no presione demasiado la lámpara porque podría romperse y causarle alguna herida.
- Es conveniente limpiar periódicamente las lámparas ahorradoras de energía con un paño seco para que no disminuya su intensidad luminosa.
- En caso de que coloque el producto en lugares húmedos, le sugerimos limpiar con frecuencia el casquillo y el portalámparas (socket) para evitar la formación de óxido. Recuerde bajar primero el interruptor de seguridad.
- Nunca intente desinstalar una lámpara encendida pues corre el riesgo de sufrir alguna quemadura o choque eléctrico.
- No utilice estas lámparas en combinación con reguladores de intensidad luminosa (dimmers).
- En pasillos, estacionamientos y lugares poco concurridos de la casa coloque focos de baja potencia a fin de ahorrar energía eléctrica.



Información al consumidor. Se constató que cada muestra presentara en forma clara y legible los datos referentes a la identidad del fabricante y del producto, como marca registrada, razón social o ambas, leyenda «Hecho en México» o país de origen, dirección del fabricante, leyendas precautorias para la preservación de la integridad física de los usuarios contra posible uso o manejo inadecuado del artículo; en el caso de productos de importación se verificó que además presentaran los datos del importador, exportador y distribuidor, todos en idioma español, así como el país de origen.

Datos técnicos. Se revisó que indicaran potencia de consumo y tensión de alimentación, así como que el flujo luminoso se encontrara marcado en el empaque o en alguna superficie de la lámpara.

Acabados. Se verificó mediante inspección visual que las muestras no presentaran irregularidades en la superficie, así como que el ensamble con el portalámparas fuera adecuado, es decir, que no fuera necesario forzar la lámpara al colocarla o que hubiera falta de sujeción, situaciones que pudieran poner en peligro la integridad física de los usuarios.

Potencia de consumo. Este valor se midió bajo condiciones normales de operación y se comparó con el valor indicado en el empaque y/o cuerpo de la lámpara.

Flujo luminoso. Para determinar la cantidad de luz que proporciona la lámpara se procedió a operar la muestra a la tensión y frecuencia nominal que indica el fabricante, bajo condiciones normales de uso.

Eficacia. Para medir la cantidad de energía eléctrica que se necesita para generar una cantidad determinada de luz, se estableció la relación que hay entre el flujo luminoso obtenido y la potencia de consumo medida, bajo condiciones normales de operación y a la tensión y frecuencia nominal que indica el fabricante.

Tiempo de arranque. Se cuantificó el tiempo que requirió la lámpara desde el momento en que se conectó al suministro de energía eléctrica de prueba, hasta el instante en que apareció la luz de la misma, lapso que no debía exceder los dos segundos.

Tiempo de encendido. Se midió el tiempo que transcurrió desde el momento en que se conectó la muestra al suministro de energía eléctrica, hasta que alcanzó el 80 por ciento del flujo luminoso estabilizado.

Operación a baja tensión. Se verificó que la lámpara no presentara alteraciones en su funcionamiento al operar al 85 y 90 por ciento del valor de tensión nominal especificado por el fabricante.

A continuación le presentamos los detalles de los resultados parciales y las evaluaciones globales de calidad que obtuvo cada modelo y marca de lámparas fluorescentes compactas ahorradoras de energía analizadas. Si usted requiere más información sobre el presente estudio lo invitamos a comunicarse a la Coordinación General de Investigación a los teléfonos 55-49-04-95 y 55-44-21-22.

Lámparas ahorradoras de energía menores de 11 W con balastro magnético

Marca	Modelo	País de origen	Vida Útil horas/año	Tipo de luz	Información al consumidor	Acabados	Facilidad de instalación	Características eléctricas volts/watts	Flujo luminoso lm	Eficacia lm/w	Tiempo de arranque ms	Tiempo de encendido s	Operación a baja tensión	Forma de la lámpara	Equivalente propuesto a una lámpara incandescente (w)	Precio	Evaluación global de calidad
Philips*	PLS-9W	México	10000/4	blanco frío	Completa			127 V / 11 W						Espiga doble Larga	40	120.00	**99**
Osram*	Dulux S 9W con adaptador	México	10000/ N.I.	blanco cálido	Completa			127V / 11 W						Espíga doble Larga	40	79.90	**99**

Lámparas ahorradoras de energía de 15 W con balastro electrónico

Marca	Modelo	País de origen	Vida Útil horas/año	Tipo de luz	Información al consumidor	Acabados	Facilidad de instalación	Características eléctricas volts/watts	Flujo luminoso lm	Eficacia lm/w	Tiempo de arranque ms	Tiempo de encendido s	Operación a baja tensión	Forma de la lámpara	Equivalente propuesto a una lámpara incandescente (w)	Precio	Evaluación global de calidad
Osram	Dulux EL 15W/ 41-827	Alemania	10000/ N.I.	blanco frío	Completa			120V /15W						Espiga triple corta	60	152.90	**100**
Philips	SLS-15W	México	10000/7	blanco cálido	Completa			120 V / 15 W						Espiga triple corta	60	245.00	**99**
General Electric	FLE15TBX/ SPX27EC	Hungría	10000/7	blanco cálido	Completa			120V / 15 W						Espiga triple corta	60	172.50	**98**
Philips	EL/015W	México	10000/7	blanco cálido	Completa			120V / 15 W						Cápsula	60	204.90	**96**
Osram	Dulux EL Globe 15W/11-860	Alemania	10000/N.I.	luz de día	Completa			120V / 15 W						Globo	60	168.00	**94**
General Electric	FLG15/E	E. U.	10000/+ de 6	blanco cálido	Completa			120V / 15 W						Globo	60	350.00	**93**

Lámparas ahorradoras de energía de 15 W, luz concentrada, con balastro electrónico

Marca	Modelo	País de origen	Vida Útil horas/año	Tipo de luz	Información al consumidor	Acabados	Facilidad de instalación	Características eléctricas volts/watts	Flujo luminoso lm	Eficacia lm/w	Tiempo de arranque ms	Tiempo de encendido s	Operación a baja tensión	Forma de la lámpara	Equivalente propuesto a una lámpara incandescente (w)	Precio	Evaluación global de calidad
General Electric	FLE15/TBX/ L/R30	E. U.	10000/7	blanco cálido	Completa			120 V / 15 W						Reflector	40	249.58	**95**

Lámparas ahorradoras de energía de 16 a 22 W con balastro electrónico

Marca	Modelo	País de origen	Vida Útil horas/año	Tipo de luz	Información al consumidor	Acabados	Facilidad de instalación	Características eléctricas volts/watts	Flujo luminoso lm	Eficacia lm/w	Tiempo de arranque ms	Tiempo de encendido s	Operación a baja tensión	Forma de la lámpara	Equivalente propuesto a una lámpara incandescente (w)	Precio	Evaluación gobal de calidad
Osram	Dulux EL 20W/ 21-840	Alemania	10000/N.I.	blanco frío	Completa			120V / 20 W						Espiga triple corta	75	152.90	**100**
General Electric	FLE20TBX/ SPX27EC	Hungría	10000/7	blanco cálido	Completa			20 V / 20 W						Espiga triple corta	75	216.00	**98**
Philips	SLS-20W	México	10000/7	blanco cálido	Completa			120V / 20 W						Espiga triple corta	75	219.90	**98**
General* Electric	Adapt./Lámp. FEA18TBX/ I 20W/ F18TBX/ I/SPX27	Hungría	N.I.	blanco cálido	Completa			120V / 18 W						Espiga triple	75	299.00	**98**

Lámparas ahorradoras de energía de 16 a 22 W con balastro magnético

Marca	Modelo	País de origen	Vida Útil horas/año	Tipo de luz	Información al consumidor	Acabados	Facilidad de instalación	Características eléctricas volts/watts	Flujo luminoso lm	Eficacia lm/w	Tiempo de arranque ms	Tiempo de encendido s	Operación a baja tensión	Forma de la lámpara	Equivalente propuesto a una lámpara incandescente (w)	Precio	Evaluación global de calidad
Philips*	TL-E22W	México	12000/4	luz de día	Completa			120 V / 22 W						Circular	75	74.95	**95**
Osram	Compacta E-26 16W	Taiwan	6000/N.I.	blanco frío	Completa			127 V / 16 W						Cápsula corta	60	114.00	**93**
Philips*	PLS/13W	México	10000/4	blanco frío	Completa			127 V / 18 W						Espiga triple larga	60	115.00	**92**
Osram*	Dulux S 13W con adapt.	México	10000/N.I.	blanco cálido	Completa			127 V / 16.5 W						Espiga doble larga	60	79.90	**92**
Osram	Globo E26 16W	Taiwan	6000/N.I.	luz de día	Completa			127V / 16 W						Globo	60	114.00	**90**
General Electric*	Circulight FCA22/D	E. U.	10000/N.I.	luz de día	Completa			127 V / 22 W						Circular	60-75	79.01	**90**
Philips	SL-G 16W	México	8000/7	blanco frío	Completa			127 V / 17 W						Globo	60	125.90	**87**

Nota: El valor de la potencia indicada en el recuadro «equivalente propuesto a una lámpara incandescente» se obtuvo comparando el valor obtenido en lúmenes de la lámpara ahorradora con el valor más cercano en lúmenes indicada en la norma de focos incandescentes de filamento metálico doble, todo esto bajo las condiciones eléctricas especificadas por el fabricante y la norma citada. **N.I. No indica** * Lámpara reemplazable usando el mismo adaptador.

Lámparas ahorradoras de energía de 23 a 28 W con balastro electrónico

Marca	Modelo	País de origen	Vida Útil horas/año	Tipo de luz	Información al consumidor	Acabados	Facilidad de instalación	Características eléctricas volts/watts	Flujo luminoso lm	Eficacia lm/w	Tiempo de arranque ms	Tiempo de encendido s	Operación a baja tensión	Forma de la lámpara	Equivalente propuesto a una lámpara incandescente (w)	Precio	Evaluación global de calidad
American Power	SP-23SL	E. U.	10000/7	blanco cálido	Completa	☺	☺	127 V / 23W	☺	☺	☺	☺	☺	Espiral sencilla	75	199.00	**100**
Osram	Dulux EL23W/ 41-827	Corea	1000/*N.I.	blanco cálido	Completa	☺	☺	120V / 23 W	☺	☺	☺	☺	☺	Espiga triple mediana	100	202.00	**100**
General Electric	FLE24TBX/ SPX/EC	Hungría	10000/7	blanco cálido	Completa	☺	☺	120V / 24 W	☺	☺	🙂	🙂	☺	Espiga triple corta	100	243.90	**98**
General Electric	FLE28QBX/ SPX27/EC	Hungría	10000/7	blanco cálido	Completa	☺	☺	120V / 28 W	☺	☺	🙂	🙂	☺	Espiga de cuatro corta	100	299.00	**98**
Philips	SLS-23W	México	10000/7	blanco cálido	Completa	☺	☺	120 V / 23 W	☺	☺	🙂	🙂	☺	Espiga triple corta	100	219.90	**98**

Lámparas ahorradoras de energía de 23 W, luz concentrada, con balastro electrónico

Marca	Modelo	País de origen	Vida Útil horas/año	Tipo de luz	Información al consumidor	Acabados	Facilidad de instalación	Características eléctricas volts/watts	Flujo luminoso lm	Eficacia lm/w	Tiempo de arranque ms	Tiempo de encendido s	Operación a baja tensión	Forma de la lámpara	Equivalente propuesto a una lámpara incandescente (w)	Precio	Evaluación global de calidad
General Electric	EL23/R25/SW	Hungría	15000/N.I.	blanco cálido	Completa	☺	☺	120V / 23 W	☺	🙂	☺	☺	☺	Campana	75	450.00	**97**

Lámparas ahorradoras de energía mayores a 39 W con balastro electrónico

Marca	Modelo	País de origen	Vida Útil horas/año	Tipo de luz	Información al consumidor	Acabados	Facilidad de instalación	Características eléctricas volts/watts	Flujo luminoso lm	Eficacia lm/w	Tiempo de arranque ms	Tiempo de encendido s	Operación a baja tensión	Forma de la lámpara	Equivalente propuesto a una lámpara incandescente (w)	Precio	Evaluación global de calidad
General Electric*	FEA 38/2D/ SW/CD	Hungría	10000/7	blanco cálido	Completa	☺	☺	120 V / 39 W	☺	☺	🙂	☺	☺	Circular	150	450.00	**99**

Nota: El valor de la potencia indicada en el recuadro «equivalente propuesto a una lámpara incandescente» se obtuvo comparando el valor obtenido en lúmenes de la lámpara ahorradora con el valor más cercano en lúmenes indicada en la norma de focos incandescentes de filamento metálico doble, todo esto bajo las condiciones eléctricas especificadas por el fabricante y la norma citada.

N.I. No indica

***** Lámpara reemplazable usando el mismo adaptador.

☺ Excelente 🙂 Bueno 😐 Regular ☹ Deficiente

Tabla de puntuaciones

Calificación	Información al consumidor	Acabados	Facilidad de instalación	Flujo luminoso	Eficacia	Tiempo de arranque	Tiempo de encendido	Operación a baja tensión	Total
Excelente	5	5	10	25	25	10	10	10	100
Bueno	...	4	9	22	22	9	9	9	...
Regular	...	3	8	19	19	8	8	8	...
Deficiente	0	2	7	0	0	7	7	7	...

Tablas de selección sugerida para el reemplazo de focos comunes por lámparas fluorescentes compactas, las cuales proporcionan una cantidad de luz similar

Tensión de alimentación de 127 volts

Lámpara flourescente compacta	Lámpara incandescente
Consumo W	Consumo W
11	40
16 a 18	60
19 a 21	75

Tensión de alimentación de 120 volts

Lámpara flourescente compacta	Lámpara incandescente
Consumo W	Consumo W
15	60
18 a 22	75
23 a 28	100
39	150

Tablas comparativas de flujo luminoso emitido y vida útil promedio entre focos comunes y lámparas fluorescentes compactas (ahorradoras de energía)

Tensión de alimentación de 127 volts

Tensión de Alimentación V	Lámpara incandescente (foco común) Filamento espiral doble			Lámpara flourescente compacta		
	Flujo luminoso Lm	Consumo W	Vida útil promedio indicada h	Flujo luminoso Lm	Consumo W	Vida útil promedio indicada h
127	490	40	1000	513 a 523	11	10 mil
127	820	60	1000	699 a 771	16 a 18	6 a 10 mil
127	1070	75	1000	938 a 1047	19 a 21	10 mil

Tensión de alimentación de 120 volts

Tensión de Alimentación V	Lámpara incandescente (foco común) Filamento espiral doble			Lámpara flourescente compacta Filamento espiral doble		
	Flujo luminoso Lm	Consumo W	Vida útil promedio indicada h	Flujo luminoso Lm	Consumo W	Vida útil promedio indicada h
120	830	60	1000	713 a 891	15	10 mil
120	1080	75	1000	1000 a 1238	18 a 22	10 a 12 mil
120	1560	100	1000	1457 a 1674	23 a 28	10 mil
120	2320*	150	1000	2253*	39	10 mil

*Filamento espiral sencillo.

Para los amantes de la hamburguesa

¿Sabías que en una tumba egipcia se hallaron dos rebanadas de pan con un trozo de carne en medio, lo que seguramente es la primera hamburguesa de la historia?

La hamburguesa, tal como la conocemos hoy en día, nació en Alemania en el siglo XIV, cuando la carne de baja calidad se condimentaba para que la gente pobre la consumiera; su nombre se debe a la ciudad de Hamburgo, donde dicho alimento se conocía como «filete hamburgués».

En el siglo XIX la hamburguesa llegó a Inglaterra, y en 1880 al continente americano. En 1904, cuando se realizó la famosa Exposición Mundial de San Luis, Misouri, en numerosos locales la «estrella» de aquel evento fue la hamburguesa.

Si te encantan las hamburguesas, déjanos darte un consejo: tú puedes convertirlas en un alimento higiénico si las preparas en casa, porque las que se expenden en los puestos de la calle no te ofrecen las condiciones de higiene adecuadas: en la mayoría de los casos las preparan al aire libre, la carne puede estar en mal estado, además de que la cuecen con mucho aceite y la verduras que utilizan no están bien lavadas, lo cual en conjunto puede ocasionarte infecciones estomacales que se manifiestan con diarrea, entre otros síntomas.

Una buena opción es prepararlas en casa con la ayuda de mamá, nosotros te decimos cómo:

1. En un molde grande se mezclan un kilo de carne molida de res, un jitomate y una cebolla chica finamente picados, un huevo, un paquete de pan molido, y sal y pimienta al gusto.

2. Después se van formando bolas medianas que se aplanan con un rodillo o prensa de tortillas. Enseguida se asan en una parrilla; no necesitas ponerles aceite.

3. Ahora, para preparar el pan -especial para hamburguesa- unta mayonesa en una tapa y en la otra mostaza; coloca la carne, una rebanada de jitomate, un pedazo de lechuga, estos dos últimos deben estar perfectamente lavados y desinfectados; también puedes ponerle aguacate, cebolla, una rebanada de queso y salsa catsup. ¡Listo!

Acompaña esta rica hamburguesa con un vaso de agua de frutas.

Si te fijas, en este platillo estás combinando carne, verduras y pan.

¡Buen provecho!

¿Cómo consumes tu tiempo libre?

¿Sabías que el tiempo también se consume? Al igual que cuando compras cualquier mercancía o contratas algún servicio, es importantísimo informarnos y reflexionar antes de consumir nuestro tiempo libre.
A propósito de ello, les preguntamos a los niños y a las niñas como tú en qué consumen su tiempo libre, en compañía de quién lo hacen, y cuánto les cuesta divertirse. Te invitamos a leer lo que nos contestaron.

Me gusta muchísimo ir al cine cuando hay estrenos, me divierten las películas de acción y algunas de Disney, siempre voy con mi mamá y por lo regular nos gastamos más de $ 100.00. Cuando salgo de la escuela me gusta comprar estampas, barajas y muñecos de «Final fantasy ville». Todos los días veo la televisión de tres a cuatro horas, me gustan las caricaturas de «Dragon Ball Z».

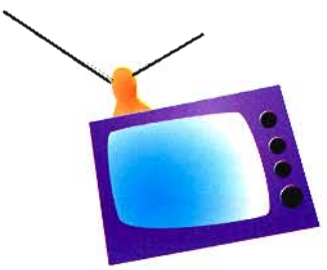
José Manuel Rayón de Jesús
12 años
6° grado de primaria

Cuando me dejan poca tarea en la escuela me gusta aprovechar el tiempo leyendo, a veces me duermo o veo la televisión; cuando estoy aburrido voy al parque a jugar basquetbol con mis amigos y después me gasto el dinero que me da mi mamá, que por lo regular son $ 10.00, en muchos dulces.

César Callejas Ángeles
12 años
6° grado de primaria

Después de hacer mi tarea veo la televisión un rato, y cuando hace mucho calor tomo una siesta. Me gusta comprar papas fritas porque allí vienen los «tazos» y en eso me gasto $ 5.00 a la semana.

Valeria de la Salet
9 años
3er grado de primaria



Me gusta mucho jugar «Nintendo», ver la televisión e ir al cine, porque compro palomitas y refrescos, a veces llego a gastarme ¡más de $ 100.00! También tomo clases de karate una vez a la semana.

Ricardo Fernando Godines Tenorio
12 años
6° grado de primaria

Me gusta jugar con la pelota, con el trompo y con los carritos que me compra mi papá. También compro frituras para coleccionar los «tazos» que vienen adentro.

Gabriel Alejandro Valdés Gallegos
8 años
2° grado de primaria

Cuando acabo de hacer mi tarea veo la televisión de dos a tres horas; después asisto a clases de baile y, si todavía hay tiempo, voy al cine, en donde mi mamá y yo nos gastamos como $ 135.00 en los boletos y en golosinas.

Yamilé Velázquez Serrano
9 años
3er grado de primaria

Yo juego en mi computadora; los fines de semana voy con mi familia al teatro o al parque ¡y nos gastamos más de $ 250.00!

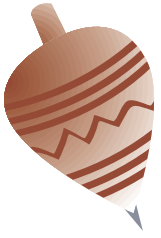
Ivone Aguilar Flores
11 años
5° grado de primaria

Me gusta jugar con mis amigas a las muñecas y al «resorte», también me agradan las caricaturas como «Aventuras en pañales» y programas chistosos, como el del «Chavo del ocho».

Perla Aguilar Flores
8 años
3er grado

Prefiero ponerme a leer o a estudiar un poco, me agrada mucho jugar «resorte» con mis amigas. No me gusta ver la televisión porque me aburre.

María del Mar Bravo Lima
9 años
3er grado de primaria



Voy al cine, allí me encanta comprarme dulces y palomitas, me gasto más o menos $ 75.00. Cuando no tengo dinero juego con mi hermano, pero en mis ratos libres me gustaría aprender a usar la computadora.

Jorge Antonio Valdés Gallegos
11 años
5° grado de primaria

Aprovecho el tiempo para jugar con «Coqueta», mi perrita; también juego a las muñecas con mis amigas. No salgo a ningún lado porque hay mucha inseguridad en los parques.

Alma Virginia Chagoyán
8 años
2° grado de primaria

¿Qué te pareció? Muchos de nuestros «cuates» consumen su tiempo libre viendo la televisión, jugando con su computadora o yendo al cine, pero otros prefieren jugar con sus amigos y tomar clases de actividades que les llaman la atención.

Esto último es muy importante porque jugar en grupo es, además de divertido, una excelente forma de conocer a otros chicos y relacionarte socialmente; consumir el tiempo libre tomando clases para, por ejemplo, aprender algún deporte o interpretar un instrumento musical son una «superopción» para aprender y divertirte ¡al mismo tiempo!

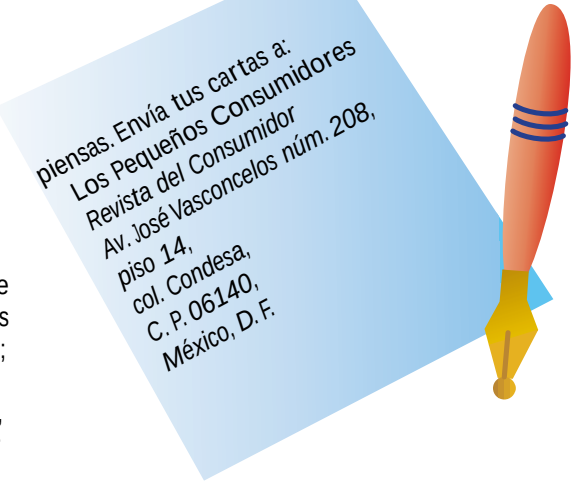
Y ahora toma nota de nuestros tres consejos para consumir provechosamente tu tiempo libre:

- Para ocupar tu tiempo libre no es necesario que gastes tu dinero.

- Prefiere aquellas actividades que no sólo te diviertan, sino que además te brinden algo «extra», como obtener información o hacer más y mejores amigos.

- Si de veras quieres consumir un rato grato no dejes de leer tu sección Los Pequeños Consumidores, así como las secciones infantiles que algunos diarios y revistas elaboran para ti: allí podrás encontrar buenas ideas y *tips* para aprovechar los tiempos «muertos» y darles vida, ¿le «entras»?

No dejes de escribirnos, nos interesa mucho saber lo que piensas. Envía tus cartas a:
Los Pequeños Consumidores
Revista del Consumidor
Av. José Vasconcelos núm. 208,
piso 14,
col. Condesa,
C. P. 06140,
México, D. F.



Elsa Almanza

¡«Piratas» en la ciudad!

¿Sabías que hay «piratas» en la ciudad? Pues fíjate que entre los comerciantes existen algunos «piratas», y aunque no son como los de las novelas de aventuras, sí son igual de tramposos y villanos porque utilizan ilegalmente los nombres y logotipos de muchas marcas de productos que se venden en el mercado, como: casetes, tenis, películas, discos compactos, ropa, programas de cómputo, lentes ¡y hasta juguetes! Con ello afectan a muchas empresas, así como a las familias de las personas que trabajan en ellas, y a la economía del país, pues no pagan impuestos como los demás comerciantes.

Y es que a veces las personas adultas, con tal de «ahorrar un poco», prefieren comprar este tipo de artículos falsificados o «piratas», que aparentemente son iguales, pero la realidad es que no ofrecen al consumidor la misma calidad, durabilidad ni garantía.

No seas cómplice de los «piratas» ni caigas en sus trampas a la hora de comprar algún artículo. Mejor toma nota de los siguientes consejos:

★ Evita comprar en locales que no estén formalmente establecidos.

★ Revisa que la etiqueta del artículo que piensas adquirir no esté maltratada, sucia ni rota; asimismo, el empaque no debe estar en mal estado y debe de tener el sello de control de calidad.

★ Los acabados del producto no deben presentar desperfectos; no olvides solicitar una garantía por escrito.

★ Desconfía de aquellos productos que vendan en la vía pública y que sean más baratos que otros iguales, lo más seguro es que sean «piratas». Recuerda que «lo barato sale caro», ¿no crees?

Elsa Almanza

Buzón Infantil

¡Nos cuenta su experiencia!

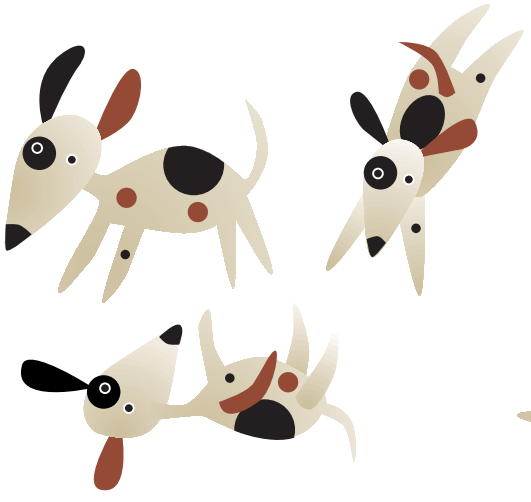
Los pequeños consumidores:

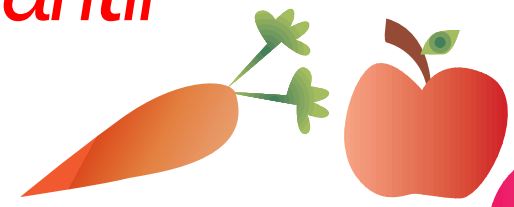
Me gusta la sección «Entre cuates». A mí me agradan los perros chiquitos y pintos. Yo tengo un perro de raza *French poodle* pequinés y me turno con mis hermanos para pasearlo. Es muy cariñoso y muy bonito, aunque a veces es inquieto ¡lo quiero mucho! Espero que estén bien y gracias por su atención.

María del Rosario Noguez Reséndiz
10 años
Distrito Federal

Querida María del Rosario:

Nos alegra volver a tener noticias tuyas y nos da gusto saber que entre tus hermanos y tú se turnan para pasear a tu perrito; sigue queriéndolo mucho y escríbenos una vez más para saber qué temas te gustaría que abordáramos.





Cómo alimentarse sanamente

Los pequeños consumidores:

¡Hola! Espero que se encuentren muy bien todos los que trabajan en la revista y a todos les mando un saludo muy cariñoso. Me gusta mucho la sección infantil, pero quisiera que informaran más acerca de los alimentos más ricos en vitaminas, proteínas y minerales, ya que no me gustan muchas cosas y deseo comer lo que más me nutra. ¡Gracias por su atención!

Wendy Cuéllar Rodríguez
5° grado
Distrito Federal

Estimada Wendy:

Muchas gracias por tus saludos. Vamos a tomar en cuenta el tema que nos pides, ya que también nosotros lo consideramos de suma importancia. Te sugerimos que pongas especial atención en nuestra sección «¿Cómo como?», ahí encontrarás información tan interesante como la que nos propones, ¡buen provecho!

Envía sugerencias

Los pequeños consumidores:

Su sección infantil es muy buena, divertida y, sobre todo, muy educativa, porque nos enseña mucho. Pero quisiera que fuera más amplia, que dedicaran un pequeño espacio a los cantantes famosos que nos gustan y también uno de ejercicios y juegos para divertirnos más.

Nancy Gabriela Salinas Espinoza
5° grado
Distrito Federal

Estimada Nancy:

Agradecemos mucho tu carta y vamos a tomar en cuenta lo que nos propones. Nos gustó mucho conocer tu opinión respecto del aprendizaje que te proporciona nuestra publicación, ya que ser una revista educativa es nuestro principal objetivo. ¡No dejes de leernos y escribirnos!

No devuelve el depósito

Revista del Consumidor:

Les sugiero que hablen acerca de los centros autorizados **Telcel**; aún no he tomado la decisión de interponer mi queja, sin embargo quiero narrarles lo que nos sucedió: mi hijo contrató el servicio de telefonía celular en Puerto Vallarta en una agencia autorizada (01-322-5-46-46) donde le pidieron $ 1,000.00 de depósito, mismos que serían reembolsados al término del contrato. El periodo del servicio ya finalizó pero hasta la fecha se han negado a devolvernos el depósito; de hecho ni siquiera queremos el dinero en efectivo, sino que lo abonen a nuestro número de celular. Ahora, si hay algún problema con la devolución debido a que mi hijo haya incurrido en alguna falta, me gustaría que nos informaran cuál fue. Ignoro si estos centros tienen quejas anteriores, pero sí sé que hay mucha molestia porque no cumplen lo que prometen. No estaría mal que ustedes investigaran a estos centros autorizados de Telcel; adjunto a la presente la copia del recibo de los $ 1,000.00.

Sin otro particular agradezco su atención.

Atentamente
Señora Blanca Torres,
col. Los Mangos,
Puerto Vallarta, Jalisco

*Carta recibida vía fax, los demás datos del domicilio están ilegibles.

Señora Torres:

Le recomendamos leer el trabajo publicado en la reciente edición del mes de mayo sobre lo que ofrece el mercado de la telefonía celular, seguramente será de su interés y utilidad. Sobre el asunto que menciona le sugerimos que su hijo acuda a la delegación de PROFECO en su ciudad, ubicada en Prisciliano Sánchez, Plaza Palmas local L-103, colonia Palmar Aramara, para que presente su queja y haga valer sus derechos como consumidor.

La **Revista del Consumidor** es una publicación mensual de capacitación y orientación a los consumidores. Para suscripciones y ventas llamar al (5)611•7379, (5)611•7523 ó (5)598•6781. El contenido de los artículos firmados no necesariamente refleja la filosofía de la revista; se incluyen como parte de nuestros principios editoriales de búsqueda de pluralidad y encuentro de corrientes de opinión. Esta publicación no autoriza la utilización de ninguno de los materiales publicados para fines publicitarios o comerciales. La violación de esta disposición ameritará denuncia ante las autoridades correspondientes.

Se autoriza expresamente la reproducción total o parcial de los textos o estudios incluidos en esta revista, siempre que se utilicen para orientación y capacitación de la población y se indique su procedencia.

Certificado de licitud de título núm. 1127 y de contenido núm 639, expedidos por la Comisión Calificadora de Publicaciones y Revistas Ilustradas el 30 de abril de 1981. Se reservan todos los derechos respecto del título de esta publicación conforme a la Unión Internacional de Derechos de Autor. Registrada como correspondencia de Segunda Clase por la Dirección General de Correos, Registro núm. PP09-0336. Características 218621140. Distribución nacional. Impreso en los Talleres Gráficos de México, Canal del Norte núm. 80, col. Felipe Pescador, C. P. 06280, México, D. F.

Revista del CONSUMIDOR

Y en el próximo número...

La calidad en:

Servicios de Internet

Filtros de agua

Bebidas energizantes

Y cómo elaborar:

Fresas cristalizadas

Congelación de elotes

Salsa para pizzas

Pasta dental

Rapidito y sin problemas

«Reducir medidas», «desaparecer centímetros y llantitas en cuestión de segundos», «disolver y eliminar grasa», «resultados comprobados», «miles de usuarios satisfechos», etcétera, son sólo algunas de las muchísimas promesas que escuchamos a diario en la publicidad televisiva de «productos milagrosos». Pero, ¿qué opinaría usted si le prometieran bajar hasta cinco kilos en dos días?

No, no queremos tomarle el pelo, ésta es la promesa que le hace el producto «Cosmo Diet», un concentrado elaborado a base de jugo de frutas, que promete facilidad y rapidez.

En el anuncio se presenta a un grupo de jóvenes que se prestan para realizar una prueba de dos días en un campamento, y mientras consumen el producto y se divierten, un doctor verifica los resultados que han sido previamente «comprobados con éxito en los Estados Unidos», pero esto no es todo, los jóvenes poseen cuerpos que denotan actividad física y dedicación, por lo que la pregunta obligada es ¿realmente necesitan bajar de peso?

Si usted se somete a una dieta (de jugo de frutas y agua, es decir, casi un ayuno) por espacio de dos días, y la complementa con un poco de ejercicio -como se aprecia en el comercial-, por supuesto el resultado será una reducción en su peso corporal, sin embargo no eliminará grasa de manera importante, sino sólo agua y minerales como sodio, potasio, calcio y magnesio. Indudablemente el ayuno garantiza una pérdida acelerada de peso, pero algunos de los efectos secundarios pueden ser deshidratación, fatiga, daño hepático y renal, entre otros. Desde luego, al consumir nuevamente una dieta habitual y cantidades normales de agua, recuperará el peso perdido y probablemente hasta un poco más.

Por la inexactitud de la información expresada, este anuncio no coincide con lo estipulado por el artículo 32 de la Ley Federal de Protección al Consumidor, en el que se establece que: «La información relativa a bienes o servicios transmitida por cualquier medio o forma, debe ser veraz, comprobable y exenta de textos, diálogos, sonidos, imágenes y otras descripciones que induzcan o puedan inducir a error o confusión por su inexactitud».

De igual forma, la Ley General de Salud estipula en su artículo 306, fracción I, que: «La información contenida en el mensaje sobre calidad, origen, pureza, conservación, propiedades nutritivas y beneficios de empleo, deberá ser comprobable».

Asimismo, el Reglamento de la Ley General de Salud en Materia de Control Sanitario de la Publicidad establece en el artículo 12, fracciones I y III, lo siguiente: «Se considera que la información contenida en la publicidad no es comprobable y engaña al público sobre los beneficios de empleo de los productos cuando: I. Exprese información parcial que pueda inducir a error, y III. Exagere las características o propiedades de los productos».

No lo olvide, los expertos afirman que la única manera de tener éxito en el tratamiento de la obesidad o el sobrepeso, sin riesgos para la salud, es mediante una dieta balanceada que facilite la pérdida gradual de peso y fomente la modificación de hábitos alimenticios, así como la práctica regular de alguna actividad física. Evite caer en el engaño y las falsas promesas: por más que se lo aseguren, no existen remedios milagrosos para bajar de peso.

Y recuerde, amigo consumidor, usted tiene la última palabra.

0 10722 93607 5 06